

INTERNISTEN-PRAXIS Dr. Werner | Lüneburg

Langzeit-Blutdruckmessung

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Bei Ihnen ist eine Langzeit-Blutdruckmessung vorgesehen. Dazu wird eine Manschette am Oberarm angebracht und mit einem Aufzeichnungsgerät verbunden, das Sie mit einem Trageriemen locker am Körper tragen.

Das Gerät misst tagsüber jede Viertelstunde, nachts zwischen 22 und 7 Uhr nur jede halbe Stunde. Bei der ersten Messung pumpt sich die Manschette oft unangenehm stark auf, um den Ausgangswert zu ermitteln. Die weiteren Messungen verlaufen dann im Allgemeinen sanfter. Wenn der Blutdruck erhöht ist, pumpt sich allerdings auch die Manschette wieder mehr auf. Allerdings soll das für Sie kein Alarmzeichen sein, da die Manschette sich auch bei abgeknicktem Arm oder lauter Umgebung stärker aufpustet.

Sie können den ermittelten Wert nicht am Gerät erkennen, das sehe ich erst bei der Auswertung. Allerdings können Sie auch außerhalb der festen Messungen eine eigene Messung mit dem Gerät vornehmen, deren Wert Sie dann selbst erkennen können. Das wird unten erklärt.

Zu dem Messgerät erhalten Sie ein Protokoll, in dem Sie bestimmte Ereignisse eintragen können, die auf den Blutdruck Einfluss haben können, Notieren Sie hier bitte nur Stichworte.

Sie brauchen bei einem normalen Tagesablauf gar nichts einzutragen.

Ein paar wichtige Anweisungen:

- Tragen Sie bitte den Schlauch und das Gerät unterhalb Ihrer Oberbekleidung und achten Sie besonders nachts darauf, dass er sich nicht um den Hals wickelt.
- Der Schlauch darf nicht abgeknickt werden. Baden oder duschen dürfen Sie mit dem Gerät nicht. Einige Spritzer Feuchtigkeit beim Waschen oder beim Regen schaden dem Gerät nichts.
- Wenn die Messungen für Sie unerträglich werden, schalten Sie das Gerät aus (den **roten Knopf** länger gedrückt halten) und nehmen Sie die Manschette ab. Bringen Sie dann das Gerät zum vereinbarten Termin mit in die Praxis. Das gilt auch, wenn eine „Dauerpiepsen“ ertönt, was auf einen Fehler hindeutet
- Wenn das Gerät kurz piept, folgt eine Messung. Jetzt den Arm ruhig herunterhängen lassen und nicht sprechen (eingebautes Mikrofon!). Wenn Sie sich mit dem Arm irgendwo anlehnen, wird falsch oder gar nicht gemessen
- Drücken Sie die **linke untere Taste**, wird eine zusätzliche Messung ausgelöst, deren Ergebnis Sie gleich ablesen können.
- Bei Ereignissen, die auf den Blutdruck Einfluss nehmen (starker Ärger, Herzklopfen, Medikamenteneinnahme oä.) können Sie die Ereignistaste (**die Taste unten rechts**) drücken. Schreiben Sie bitte das Ereignis ins Protokoll
- Unten in der **Mitte ist die Tag/Nacht -Taste**. Drücken Sie diese Taste bitte, wenn Sie ins Bett gehen und noch einmal morgens, wenn Sie aufstehen
- Sie können eine unangenehme oder schmerzhaftige Messung, oder auch, wenn aus anderen Gründen die Messung gerade „nicht passt“, irgendeine der Tasten kurz drücken. Dann wird die Messung unterbrochen und die Manschette entlüftet
- Sie können jederzeit die Manschette vom Gerät trennen und wieder anschließen (bis es klickt), ohne dass das Gerät dadurch Schaden nimmt.