

# Blutdruckselbstmessungen 1 Woche

Nachname, Vorname:	
Geburtsdatum:	

Ihr Blutdruck soll aus Gründen der Kontrolle Ihrer Medikation oder zu Zwecken der Diagnosestellung (oder eines Ausschlusses) einer Bluthochdruckerkrankung ermittelt werden.

**Die Messungen sollten erfolgen:**

- » nach 5 Minuten Ruhe
- » möglichst nach 30min ohne Nikotin-/Kaffeekonsum
- » in ruhiger, sitzender Position ohne übereinandergeschlagene Beine

**Anleitung zur Blutdruckprotokollierung (siehe u.a. Tabelle):**

- » Messungen erfolgen an 7 aufeinanderfolgenden Tagen
- » Messungen erfolgen 2 x täglich (morgens und abends)
- » dabei sollten je zwei Messungen im Abstand von 1-2min durchgeführt werden
- » Dokumentation in der u.a. Tabelle
- » diesen Bogen zum nächsten Termin mitbringen

		Morgens (6-9Uhr, vor Med-Einnahme)		Abends (18-21Uhr, vor Med-Einnahme)	
		Systolischer ("oberer") Druck	Diastolischer ("unterer") Druck	Systolischer ("oberer") Druck	Diastolischer ("unterer") Druck
Tag 1	Messung 1				
	Messung 2				
Tag 2	Messung 1				
	Messung 2				
Tag 3	Messung 1				
	Messung 2				
Tag 4	Messung 1				
	Messung 2				
Tag 5	Messung 1				
	Messung 2				
Tag 6	Messung 1				
	Messung 2				
Tag 7	Messung 1				
	Messung 2				

**Auswertebereich MFA - nicht durch den Patienten auszufüllen:**

Mittelwertberechnung aus grau hinterlegten Tagen 2 bis 7 (Tag 1 wird verworfen!)

Tag 2-7	Mittelwert				
------------	------------	--	--	--	--