

Een 5-daagse protocollaire bloeddrukmeting

Deze methode wordt gebruikt om de diagnose hoge bloeddruk te kunnen stellen

Gebruik altijd een bovenarmmeter, GEEN polsmeter!

Heeft u geen goedgekeurde eigen meter? Dan leent u een meter via onze assistente, belt u om er een te reserveren!

- u meet 5 dagen achter elkaar, 2 keer per dag de bloeddruk, op een vast tijdstip in de ochtend en in de avond
- steeds 2 achtereenvolgende metingen
- meet steeds aan dezelfde arm zoals met u werd afgesproken (links of rechts), noteer dit op het formulier linksboven
- noteer datum en tijdstip waarop je de meting hebt gedaan op het formulier

- **een half uur voor de meting: GEEN inspanning, NIET roken, GEEN koffie drinken**
- ga rustig aan tafel zitten
- plaats de benen naast elkaar op de grond, niet gekruist of over elkaar geslagen
- doe de manchet om de bovenarm
- de sensor (slangetje) aan de binnenzijde van de elleboog
- maak de arm recht en leg deze ontspannen neer (rustend op tafel)
- met een open hand (geen vuist)

- **wacht 5 minuten, doe de eerste meting, noteer de uitslag in de tabel**
- **wacht 2 minuten, doe de tweede meting, noteer de uitslag in de tabel**

- als uw meter aangeeft dat er sprake is van boezemfibrillatie/AF, dan dit melden aan de POH!

Begrippen die op uw bloeddrukmeter vermeld kunnen staan

Bovendruk = systolische druk = systole = SYS = SBD

Onderdruk = diastolische druk = diastole = DIA = DBD

Hartslag = hartrate = PULSE = HR

Naam _____

U meet LINKS / RECHTS

Geboortedatum _____

Huisarts _____

	Datum:		Datum:		Datum:		Datum:		Datum:		
	Tijd ochtend:		Tijd ochtend:		Tijd ochtend:		Tijd ochtend:		Tijd ochtend:		
	Tijd avond:		Tijd avond:		Tijd avond:		Tijd avond:		Tijd avond:		
	Ochtend 1		Ochtend 2		Ochtend 3		Ochtend 4		Ochtend 5		ochtend
	Meting 1	Meting 2	Meting 1	Meting 2	Meting 1	Meting 2	Meting 1	Meting 2	Meting 1	Meting 2	week gemiddelde
systole											
diastole											
pols											
	Avond 1		Avond 2		Avond 3		Avond 4		Avond 5		avond
	Meting 1	Meting 2	Meting 1	Meting 2	Meting 1	Meting 2	Meting 1	Meting 2	Meting 1	Meting 2	week gemiddelde
systole											
diastole											

pols											
------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--