



Dr. med. Karl Graf La Rosée
Prof. Dr. med. Cornelius Müller
Ärzte für Innere Medizin – Kardiologie
Baumschulallee 1
53115 Bonn

Liebe Patientin, lieber Patient,

zur Beurteilung Ihres Blutdrucks unter häuslichen Bedingungen haben wir Ihnen die „**Heimblutdruckmessung**“ empfohlen (nach den Vorgaben der *European Society of Hypertension*). Wir bitten Sie, an **7 aufeinanderfolgenden Tagen zu messen, 2 mal morgens, 2 mal abends** (vor Tabletteneinnahme). Die ermittelten Werte tragen Sie bitte in das untenstehende Protokoll ein.

Wir empfehlen nicht die tägliche Blutdruckselbstmessung (oder die „Gelegenheitsblutdruckmessung“), sondern ausschließlich die Messung im Zeitraum von 7 Tagen (z.B. vor Ihrem nächsten Termin).

Anleitung zur korrekten Heimblutdruckmessung

- Automatisches, validiertes Oberarmgerät (Prüfsiegel, www.hochdruckliga.de; www.stridebp.org)
- Manschettengröße nach Oberarmumfang gemäß Herstellerangaben wählen
- **sitzend**, Manschette auf Herzhöhe
- erste Messung nach 5 Minuten **Ruhe**, zweite Messung nach weiteren 1-2 Minuten
- täglich 4 Selbstmessungen über 7 Tage (2 morgens, 2 abends; vor Medikamenteneinnahme).
- Grundlage der Therapiebeurteilung ist der Mittelwert aus 7 Tagen (entsprechend 28 Messwerten).

NAME, Vorname: **Geburtsdatum:**

Datum Beginn der 1. Messung:

morgens	Messung 1	Messung 2	abends	Messung 1	Messung 2
Tag 1	/	/	Tag 1	/	/
Tag 2	/	/	Tag 2	/	/
Tag 3	/	/	Tag 3	/	/
Tag 4	/	/	Tag 4	/	/
Tag 5	/	/	Tag 5	/	/
Tag 6	/	/	Tag 6	/	/
Tag 7	/	/	Tag 7	/	/

Mittelwert systolisch (1. Wert): _____ (Ziel: < 135 mmHg)

Mittelwert diastolisch (2. Wert): _____ (Ziel: < 85 mmHg)