

## Was muss ich bei der 24h-Blutdruckmessung beachten?

### Das Gerät

Wählen Sie ein validiertes Gerät aus, das von den Fachgesellschaften (z.B. ESH, BHS) empfohlen wird.

### Messung des Blutdrucks in der Praxis

- Mindestens 2 Messungen.
- An beiden Armen, falls vorher noch nie eine Messung an beiden Armen erfolgte.

### Anpassung des Geräts

- Manschette an Armumfang angepasst, gut angezogen und korrekt platziert (grundsätzlich am nicht-dominanten Arm).
- Erklären Sie dem Patienten, wie das Gerät funktioniert, und teilen Sie ihm die programmierten Messintervalle mit.
- Erklären Sie dem Patienten, dass er, wenn möglich, den Arm während der Messungen ruhig halten soll. Keine aussergewöhnliche Positionierung des Arms.
- Führen Sie eine Testmessung durch, bevor der Patient die Praxis verlässt.
- Geben Sie ihm ein Tagebuch und bitten Sie ihn, seine wichtigsten Aktivitäten aufzuschreiben (mindestens die Einschlafzeit sowie die Aufwachzeit)

### Analyse der Aufzeichnung

- Minimale Anzahl verwertbare Messungen:
  - Tag > 70%, mind. 14
  - Nacht > 70%, mind. 7
- Fehlmessungen (<70% der validen Messungen):
  - Nicht gutsitzende Manschette, Verschiebung der Manschette.
  - Schwache und variable Pulswelle (z.B. bei Vorhofflimmern, häufigen Extrasystolen, ...)
  - Technisch (Problem in Zusammenhang mit dem Gerät)
  - Andere Gründe
- Datenverarbeitung:
  - Grundsätzlich Messwerte nicht editieren oder bearbeiten, höchstens Werte die physiologisch nicht möglich sind.

### Darstellung der Daten:

Evaluieren Sie die Qualität der Messungen:

- 70-80% verwertbare Messungen: genügend
- 80-90% verwertbare Messungen: gut
- > 90% verwertbare Messungen: ausgezeichnet

Als Minimum sollten die folgenden Mittelwerte im Bericht erwähnt werden:

- Blutdruck [systolisch, diastolisch]
- Puls
- Diese drei Mittelwerte sollten jeweils für die gesamte 24h-Periode, für die Wachperiode und für die Schlafperiode separat erwähnt sein.

Adäquates Dipping während der Nacht (10-20%)?

Weisskittelkomponente?

**Normwerte:**

- 24h: <130/80 mmHg
- Wachperiode: <135/85 mmHg
- Schlafperiode: <120/70 mmHg (Dipping ca. 10-20%)

Für ältere Personen (> 80 Jahre)

- Wachperiode: <145/85 mmHg (NICE guidelines 2011)

Schweizerische Hypertonie-Gesellschaft / Oktober 2017