

Beachten Sie bei der Blutdruckmessung:

- Messen Sie immer zur gleichen Zeit - am besten morgens
- vor dem Messen 5 Minuten ruhig sitzen
- vor dem Messen nicht rauchen, nicht essen, keinen Alkohol oder Kaffee trinken
- während des Messvorgangs nicht sprechen

Wichtig:

Die Manschette muss sich auf Herzhöhe befinden.

Definition von Bluthochdruck anhand Praxiswerten und Werten in der Selbstmessung

Kategorie	Systol. Blutdruck	und/oder	Diastol. Blutdruck
Praxisblutdruck	≥ 140	und/oder	≥ 90
Häuslicher Blutdruck	≥ 135	und/oder	≥ 85

Quelle: Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung e.V. / Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL

Normwerte des Blutzuckers (gemäß DDG)

Diabetes

- Nüchtern über 110 mg/dL (6,1 mmol/L)
- 2 Std. nach dem Essen über 200 mg/dL (11,1 mmol/L)

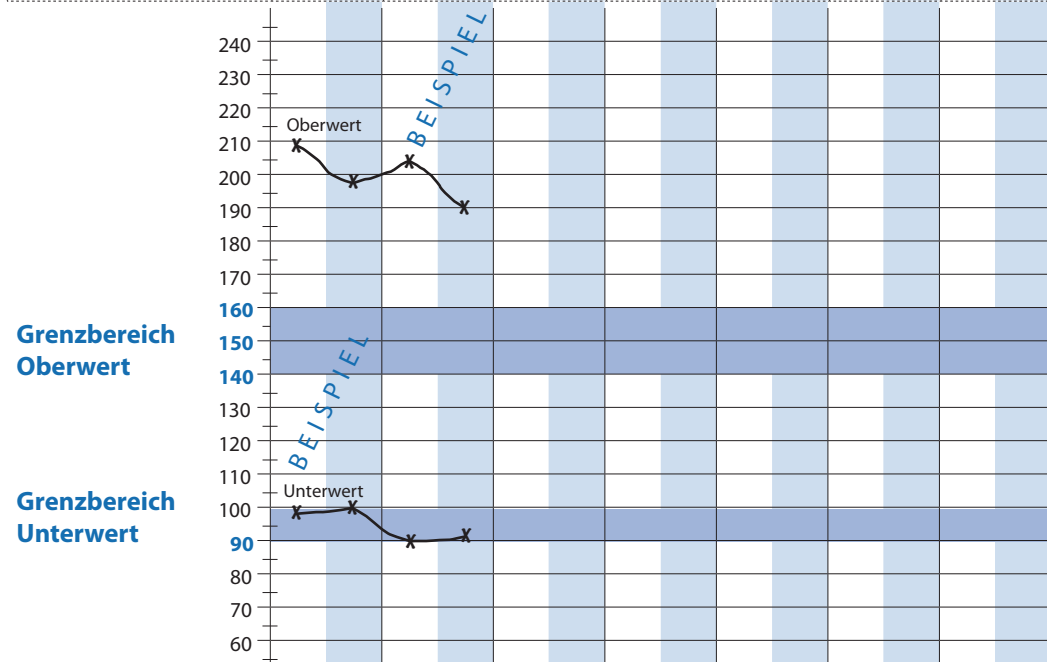
Verdachtswert

- Nüchtern 100-110 mg/dL (5,4-6,1 mmol/L)
- 2 Std. nach dem Essen 140-200 mg/dL (7,8-11,1 mmol/L)

Normalwert

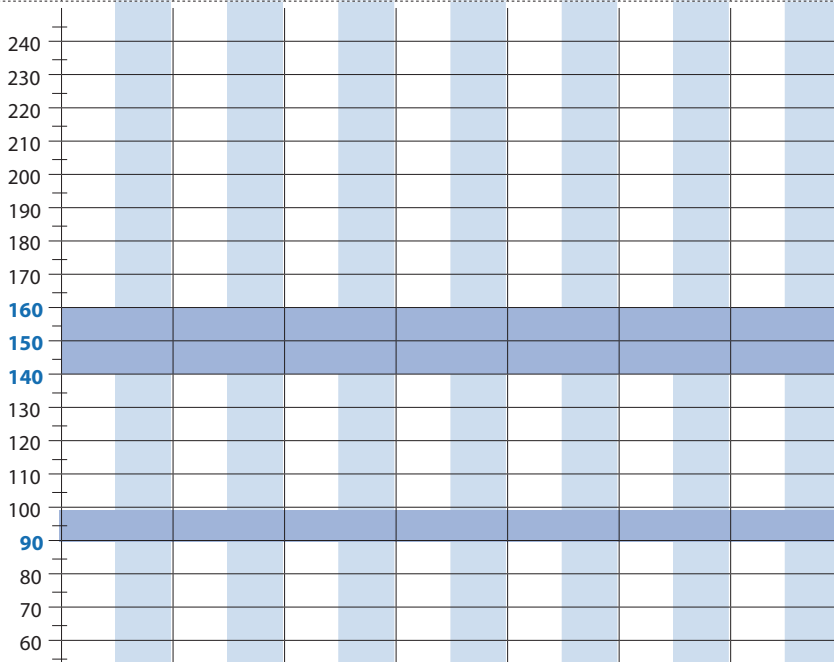
- Nüchtern unter 100 mg/dL (5,5 mmol/L)
- 2 Std. nach dem Essen unter 140 mg/dL (7,8 mmol/L)

Datum	30.9.	1.10.																	
Uhrzeit	7 ⁰⁰ 20 ⁰⁰	7 ¹⁵ 19 ⁴⁵																	
Blutzucker	114 94	120 99																	
Systole (Oberwert)	X 210 198	X 205 191																	
Diastole (Unterwert)	X 98 100	X 90 93																	



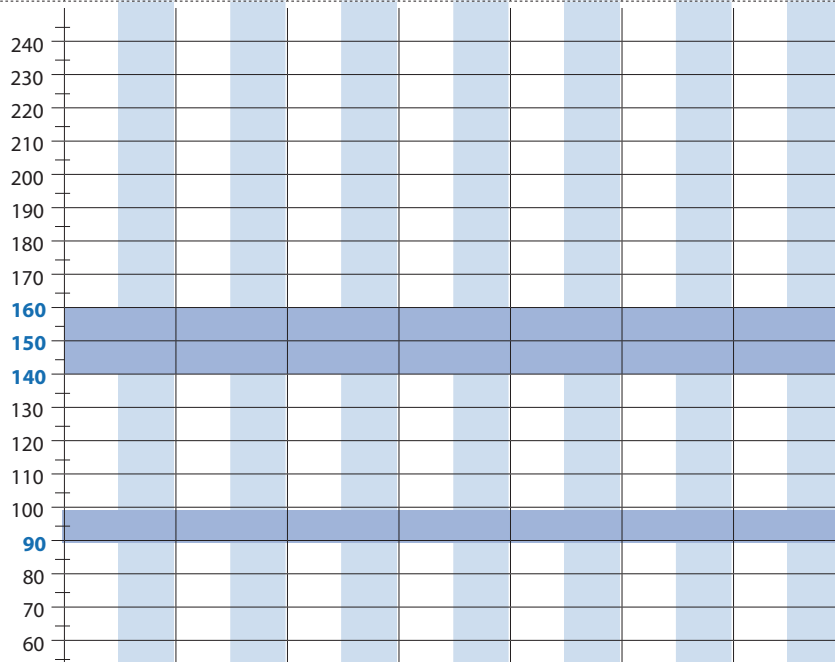
Puls	86 81	74 76																	
Anzahl Schritte	5800	9700																	
Körpergewicht (kg)	81,5																		
Anmerkungen																			

Datum																			
Uhrzeit																			
Blutzucker																			
Systole (Oberwert)	X																		
Diastole (Unterwert)	X																		



Puls																			
Anzahl Schritte																			
Körpergewicht (kg)																			
Anmerkungen																			

Datum																			
Uhrzeit																			
Blutzucker																			
Systole (Oberwert)	X																		
Diastole (Unterwert)	X																		



Puls																			
Anzahl Schritte																			
Körpergewicht (kg)																			
Anmerkungen																			

OMRON

WM800/09/20 14/100

Blutdruck und Blutzucker unter Kontrolle



M500 IT
Oberarm-
Blutdruck-
messgerät
mit USB-
Schnittstelle



HEA-221
Blutzucker-
messgerät

OMRON Medizintechnik Handelsgesellschaft mbH
Gottlieb-Daimler-Str. 10, 68165 Mannheim, Deutschland
Tel. +49 (0) 621 83348-0, Fax +49 (0) 621 83348-20
www.omron-healthcare.de

All for Healthcare