

Dagboek 24-uurs bloeddrukmeting

Inleiding

In overleg met uw arts wordt er bij u een 24 uurs bloeddrukmeting uitgevoerd. De bloeddrukwaardes variëren gedurende de dag en nacht. Gedurende de nacht zakt de bloeddruk weer. Door het gebruik van medicijnen, inspanning en emoties wordt onze bloeddruk beïnvloed. Het is voor uw arts erg belangrijk om inzicht te krijgen in uw dagelijkse bezigheden, hierdoor kan uw arts de juiste medicatie en behandeling voorschrijven.

Dagboek

Om een goed beeld te krijgen van de gegevens die de bloeddrukmeter registreert is het belangrijk dat u uw activiteiten bijhoudt en opschrijft, zodat uw behandelend arts inzicht heeft in uw activiteiten.

- Noteer wanneer u opstaat en naar bed gaat
- Noteer alle activiteiten waarbij u zich moet inspannen denk hierbij aan: fietsen traplopen boodschappen doen, werken stofzuigen etc

- Noteer het innemen van uw medicijnen
- Noteer eventuele klachten die u waarneemt.
(b.v. hoofdpijn, duizeligheid, hartkloppingen, moeheid en kortademigheid,)

De 24-uursmeting

Het meten gaat automatisch, u hoeft nergens op te drukken, de bloeddruk meter werkt volgens een ingesteld schema, de bloeddruk wordt meerdere keren per uur gemeten, het schema voor de dag en nacht wisselt in frequentie.

Vlak voor iedere meting wordt de band licht opgeblazen en weer leeg gelaten, dit is het signaal dat de werkelijke meting 1 minuut later start. s' nachts krijgt u geen signaal alvorens er wordt gemeten. De volgende dag levert u de bloeddruk meter weer in. Uw arts analyseert alle waardes, en bespreekt deze met u in het eerstvolgende consult.

Tijdens de metingen kunt u de bloeddruk zelf niet zien. Er worden streepjes aangegeven op het kastje.

Aanwijzingen

Arm stilhouden

Tijdens het meten van de bloeddruk is het van belang om de arm zo stil mogelijk te houden. Dus zowel tijdens het oppompen als leeglopen van de band de arm en vingers zo stil mogelijk

houden. Anders kunnen er foutieve waardes ontstaan, en moet de meting overnieuw.

Bloeddrukband

De bloeddrukband wordt meestal aan de niet dominante arm aangelegd. Plaats de bloeddrukband 2 cm boven de binnen plooi van de elleboog. Zorg dat de band niet te strak of te los zit, 2 vingers tussen de huid en band is normaal. Leid de slang van de bloeddrukmeter over de bovenarm omhoog. Leg deze dan over uw schouder, achter langs uw nek en schuin over de rug. Bevestig de bloeddrukmeter op de heup tegenovergesteld aan de zijde waar de bloeddrukband zich bevindt. Maak hiervoor gebruik van de bijgeleverde tas en riem.

Niet douchen

Aangeraden wordt om tijdens de 24 uursmeting, de band niet af te doen. Daarom is douchen niet aan te raden, beter is om uzelf te wassen aan de wastafel, zodat de metingen niet verstoord raken.

Slapen

Ook tijdens het slapen wordt uw bloeddruk gemeten, maar minder vaak dan overdag. De metingen die s 'nachts plaatsvinden zijn heel waardevol . Hiermee kan het verschil in dag en nachtwaardes worden aangetoond.

Tijdens het slapen legt u de bloeddrukmeter gewoon op uw nachtkastje, of naast uw kussen. Let erop dat u niet op de

bloeddrukslang gaat liggen of dat hij knikt.

Invulformulier

Uw referentiebloeddruk:

Tijd	Activiteit
8.00-9.00	
9.00-10.00	
10.00-11.00	
11.00-12.00	
12.00-13.00	
13.00-14.00	
14.00-15.00	
15.00-16.00	

16.00-17.00	
17.00-18.00	
18.00-19.00	
19.00-20.00	
20.00-21.00	
21.00-22.00	
22.00-23.00	
Nacht	
06.00-7.00	
7.00-8.00	
8.00-9.00	

Contactgegevens

Mocht u tijdens de 24 uurs-bloeddrukmeting vragen hebben over de meting of heeft u het idee dat er iets niet in orde is met de bloeddrukmeter, neemt u dan contact op met de poli Interne geneeskunde: (079) 346 2880.

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this

brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

511601082023