

---

Subject: Wie richtig Blutdruck messen?

Posted by [SirRagusa](#) on Sat, 16 Aug 2014 15:59:32 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

also nach mehreren Langzeit EKG's/Messungen, die alle im Schnitt grenzwertig waren (hochnormal), hat mir mein Arzt geraten meinen Blutdruck im Auge zu behalten. Habe mir dazu ein Oberarm-Messgerät angeschafft.

Jetzt die Frage:

Manchmal wenn ich mich hinsetze, messe und direkt abdrücke kommen schon mal komische Ergebnisse raus wie 126/104 z.B. (aber nur bei einer einzigen Messung). Warte ich zwei Minuten und messe nochmal ist es i.d.R. ein Wert wie 132/70 oder auch weniger... Was ist nun relevant? Sollte man, wenn man einen auffälligen Wert bei der ersten Messung misst noch eine Kontrollmessung machen? Welcher Wert ist relevant? Ab welchem Druck habt ihr Medikamente genommen/nehmen müssen?

Wäre schön wenn mir jemand einen Rat geben kann, der Erfahrung mit dem Thema hat...

---