



## GERÄT

- Verwenden Sie ein validiertes, automatisches, elektronisches Oberarmmanschettengerät.
- Wählen Sie die Manschettengröße laut Herstellerangabe.
- Jedes Gerät hat individuelle Manschetten, die nicht mit denen anderer Geräte austauschbar sind.

## IMPLEMENTIERUNG

- Messung am besten an einem typischen Arbeitstag.
- 10-15 Min für das Anbringen und Starten des Gerätes einkalkulieren.
- Messungen alle 20-30 Minuten tagsüber und in der Nacht.
- Manschette am entkleideten, nicht dominanten Arm anlegen.
- Manschettengröße laut Geräteanleitung auswählen.
- Testmessung durchführen Gerät nach 24 Stunden entfernen.

## INSTRUKTIONEN FÜR DEN PATIENTEN

- Erklärung des Gerätes und der Prozedur.
- Weisen Sie daraufhin die normalen Aktivitäten/Tagesablauf einzuhalten, nicht Auto zu fahren bzw. Messungen während des Fahrens zu ignorieren oder zu stoppen, während der 24-Stunden-Messung nicht zu duschen oder zu baden.
- Dokumentation der Schlafzeit, der Medikamenteneinnahme und aller Symptome und Probleme, die während der Messung auftreten durch den Patienten.
- Markierung des Manschettensitzes, damit der Patient bei Lockerung der Manschette diese erneut anlegen kann
- Erklärung wie das Gerät bei einer Fehlfunktion ausgeschaltet werden kann.

## AUSWERTUNG

- Definieren Sie den Tages- und Nachtzyklus nur anhand der Patientenauskunft.
- Wiederholen Sie die Messung bei weniger als 20 validen Messungen in wachem Zustand oder bei weniger als 7 Werten während des Schlafs.

## INTERPRETATION

### ABPM Grenzwerte bei Bluthochdruck

- |                                     |              |                                    |
|-------------------------------------|--------------|------------------------------------|
| → 24h Durchschnitt:                 | ≥130/80 mmHg | primäres Kriterium                 |
| → Tageswertdurchschnitt (Wachzeit): | ≥135/85 mmHg | Tages-Hochdruck <sup>1</sup>       |
| → Nachtwert:                        | ≥120/70 mmHg | nächtlicher Hochdruck <sup>1</sup> |

### Blutdruckabfall während des Schlages im Vergleich zu Wach-Blutdruck (syst. u/o diast.)

- ≥10% Dipper <sup>1,2</sup>
- <10% Non-dipper <sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> dies gilt nur, wenn der Blutdruck explizit für Schlafperioden ausgewiesen ist

<sup>2</sup> die Diagnose sollte mit mehrfachem ABPM verifiziert werden