



máxima
medisch centrum

Thuismeting bloeddruk

Afdeling interne geneeskunde

Waarom thuis de bloeddruk meten?

Uit onderzoek is gebleken dat de bloeddruk die u thuis meet (op de manier zoals we in deze folder beschrijven), meer zegt over het risico op hart- en vaatziekten, dan het meten van de bloeddruk in de spreekkamer bij uw arts.

Dit laatste is slechts een momentopname onder andere omstandigheden dan in het dagelijks leven. Thuismeting van de bloeddruk kan dus belangrijk zijn voor uw behandeling.

Welke bloeddrukmeter?

Bij voorkeur gebruikt u voor het meten van uw bloeddruk een automatische bloeddrukmeter met manchet. De meters van diverse merken (bijvoorbeeld Omron of Microlife) zijn gecertificeerd en geven betrouwbare meetresultaten. Deze kunt u kopen bij uw thuiszorgwinkel of apotheek.

Bij firma Bosman kunt u een Omron bloeddrukmeter bestellen, via nummer 0800-0662 (gratis). De meter kost €45,00, inclusief verzendkosten. Gebruik liever géén polsbloeddrukmeters.

Daarbij kunnen de gemeten waardes te veel variëren.

Wanneer meten?

Om een goed beeld van uw werkelijke bloeddruk te krijgen adviseren wij u te meten:

- in de drie weken na verandering van uw medicatie;
- in ieder geval in de drie weken voor bezoek aan uw arts of verpleegkundige.

U kiest in deze weken twee willekeurige dagen in de week (niet twee weekenddagen). Op die dagen meet u de bloeddruk 's morgens direct na het opstaan én toiletbezoek twee maal kort achter elkaar. Deze metingen schrijft u op in de tabel.

U meet uw bloeddruk dus:

- **twee dagen per week (niet in het weekend);**
- **twee maal 's ochtends na opstaan en toiletbezoek;**
- **twee maal 's avonds voor het slapen.**

Hoe tevreden bent u over uw arts of ziekenhuis?
Geef uw mening over MMC op ZorgkaartNederland.nl



Máxima Medisch Centrum
www.mmc.nl

Locatie Eindhoven:
Ds. Th. Fliednerstraat 1
Postbus 90 052
5600 PD Eindhoven

Locatie Veldhoven:
de Run 4600
Postbus 7777
5500 MB Veldhoven

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelijke) voorlichting van uw specialist of behandelaar.