

HERZSTIFTUNGS-CHECKLISTE BEI BLUTDRUCK-ANSTIEG



■ Mein Blutdruck beträgt normalerweise ca.

/ mmHg

■ Aktuell habe ich eine Erhöhung festgestellt auf

/ mmHg

■ Gleichzeitig mit dem Blutdruck-Anstieg habe ich folgende Beschwerden:

! Bitte bei starkem Blutdruck-Anstieg den **Notarzt (112)** anrufen, wenn Sie mindestens eine Frage mit **JA** beantworten.

	JA	NEIN
Schmerzen, Brennen oder ein starkes Druckgefühl im Brustkorb?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Atemnot?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Schwindel, evtl. auch mit Kopfschmerzen verbunden?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Krampfanfälle? (Krämpfe, wie sie bei einer Epilepsie auftreten können. Wadenkrämpfe sind dagegen bei dieser Frage unerheblich.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lähmungen oder Sprechstörungen? (Wie sie z. B. auch bei einem Schlaganfall auftreten können.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Starke Übelkeit?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Verschwommenes Sehen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nasenbluten?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Deutliche Benommenheit?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Diese Angaben helfen dem Notarzt im Ernstfall:

Ich nehme folgende
Medikamente ein:

.....
.....
.....

In den letzten Tagen habe
ich folgende Blutdruck-
Medikamente weggelassen:
(z. B. die Einnahme vergessen
oder keine Tabletten mehr im
Haus gehabt)

.....
.....
.....

Ich hatte früher schon einmal
einen gefährlichen Blutdruck-
Anstieg

Nein

Ja

Wenn Ja, wann?

.....

Ich habe folgende
Begleit-Erkrankungen:

.....
.....
.....



Tipp: Allen Menschen mit erhöhten Blutdruck-Werten empfiehlt die Herzstiftung den Herzstiftungs-Sonderband zum Thema Bluthochdruck (bitte anklicken):

▶ www.herzstiftung.de/Bluthochdruck-Sonderband.html

Der Expertenband enthält u. a. ausführliche Informationen, wie man sich den Blutdruck korrekt misst, wie tief der Blutdruck gesenkt werden sollte, welche Ernährung bei einem Bluthochdruck sinnvoll ist und welche Medikamente bei einem erhöhten Blutdruck zu empfehlen sind bzw. welche wegen eventueller Nebenwirkungen nicht eingenommen werden sollten.