

ABDA – Bundesvereinigung  
Deutscher Apothekerverbände

Deutsches Apothekerhaus  
Jägerstraße 49/50 · 10117 Berlin

Telefon 030 40004-132  
Fax 030 40004-133  
E-Mail [presse@abda.de](mailto:presse@abda.de)  
Web [www.abda.de](http://www.abda.de)

## Häusliche Blutdruckmessung in der Apotheke demonstrieren lassen

**Berlin, 12. August 2015** – Wer seinen erhöhten Blutdruck regelmäßig selbst kontrollieren will, kann sich die richtige Messmethode in der Apotheke demonstrieren lassen. „Wenn ein Gerät automatisch den Blutdruck misst, heißt das nicht unbedingt, dass die gemessenen Werte auch korrekt sind. Die meisten Fehler lassen sich aber leicht vermeiden, wenn man weiß wie“, sagt Gabriele Overwiening vom Geschäftsführenden Vorstand der Bundesapothekerkammer. Der Apotheker kann mit einer Kontrollmessung überprüfen, ob das Gerät für den Hausgebrauch zuverlässige Werte liefert.

Einer der häufigsten Fehler bei der Selbstmessung sind falsche Manschetten. Diese sollten beim Kauf eines Geräts individuell passend gewählt werden. Werden die Manschetten zu locker angelegt oder sind sie zu schmal, werden zu hohe Werte angezeigt. Bei zu breiten Manschetten sind die gemessenen Werte niedriger als der tatsächliche Blutdruck. Wenn die Manschette über die Kleidung angelegt wird, sind die Messwerte unzuverlässig. Die Manschette sollte sich auf Höhe des Herzens befinden, bei Handgelenksgeräten muss der Arm also entsprechend angewinkelt werden. Ist das Handgelenk während der Messung tiefer als das Herz, sind die gemessenen Blutdruckwerte zu hoch.

Weitere Fehler rund um die Messung lassen sich durch die richtige Vorbereitung leicht umgehen. Eine Stunde vor der Messung darf nicht geraucht und kein Kaffee, Tee oder Alkohol getrunken werden. Vor der Messung sollte man mindestens drei bis fünf Minuten lang ruhig sitzen. Gemessen wird grundsätzlich im Sitzen, der Arm sollte ruhig gehalten werden. Während der Messung darf man nicht sprechen.

Overwiening: „Blutdruckwerte schwanken, deshalb hat der einzelne Messwert nur eine begrenzte Aussagekraft. Patienten können sich beim Apotheker darüber informieren, wann eine Wiederholungsmessung sinnvoll ist und was dabei zu beachten ist.“ Die Messungen sollten möglichst immer zur gleichen Tageszeit durchgeführt werden. Zu Beginn einer Therapie oder nach einer Umstellung sollten Patienten ihre Blutdruckwerte häufiger überprüfen.

Weitere Informationen unter [www.abda.de](http://www.abda.de)

Ansprechpartner:

Dr. Reiner Kern, Pressesprecher, Tel. 030 40004-132, [presse@abda.de](mailto:presse@abda.de)

Dr. Ursula Sellerberg, Stellv. Pressesprecherin, Tel. 030 40004-134,  
[u.sellerberg@abda.de](mailto:u.sellerberg@abda.de)