

### 1. Ausstattung

- Abgeschirmter Beratungsraum/Messplatz mit Sitzgelegenheit
- Validiertes Blutdruckmessgerät → siehe empfohlene Messgeräte mit Gütesiegel der Deutschen Hochdruck-Liga oder einem anderen, international anerkanntem Validierungsprotokoll (z. B. AAMI, BIHS, ESH).
  - Für die routinemäßige Blutdruckmessung in der Apotheke ist die Blutdruckmessung am Oberarm von Vorteil. Geräte mit einer vollautomatisierten Dreifachmessung werden insbesondere empfohlen.
  - Optimal wäre zusätzlich ein Stethoskop-Messgerät als alternatives Messgerät.
- Geeignete Manschetten für Messungen mit unterschiedlichem Oberarm- oder Handgelenkumfang.
  - Wenn keine Umfangsmarkierungen an der Manschette angebracht sind, sollte ein Maßband zur Bestimmung des Oberarm- bzw. Handgelenkumfanges vorhanden sein.
- Blutdruckmessgeräte zur Messung in der Apotheke müssen einer messtechnischen Kontrolle unterzogen werden (Gültigkeit 2 Jahre).

### 2. Vorbereitung der Blutdruckmessung

- Die Messungen sollten generell in entspannt sitzender Position, mit unterstütztem Rücken und abgelegten Armen, nach mindestens 5-minütiger Ruhephase des Patienten erfolgen (möglichst keine Gespräche, kein Smartphone oder konzentrierte Aktivitäten!).
- Nach außergewöhnlicher körperlicher oder psychischer Belastung muss die Ruhephase verlängert werden (> 5 Minuten).
- Bis ca. 1 Stunde vor der Messung Verzicht auf koffeinhaltige Getränke, Alkohol und Nikotin
- Der Messarm darf nicht durch zurückgeschobene Kleidung abgeschnürt werden. Entsprechende Kleidungsstücke, Uhren oder Schmuckgegenstände sind vor der Messung abzulegen.
- Patientenbefragung nach potenziell einschränkenden Faktoren der Blutdruckmessung, eventuell vorliegenden Herzrhythmusstörungen wie Vorhofflimmern, Herzschrittmachern, arteriosklerotischen Gefäßveränderungen (z. B. bei älteren Patienten und Diabetikern im fortgeschrittenen Erkrankungsstadium) sowie nach einem fortgeschrittenem Stadium einer Schwangerschaft: Messgeräte mit oszillometrischem Messprinzip sind in diesen Fällen fehlerbehaftet und nicht geeignet (Alternative: Blutdruckmessung nach Riva-Rocci – „Stethoskop-Methode“).
- Zur Bestimmung und Auswahl der geeigneten Manschettengröße müssen die Herstellerangaben bzw. Markierungen der Manschetten der einzelnen Messgeräte beachtet werden.

### 3. Durchführung der Blutdruckmessung

- Es sind insgesamt **3 Messungen** vorzunehmen.
- Der Messarm liegt während der Messung entspannt auf einer Unterlage und darf nicht bewegt werden.
- Während der Blutdruckmessung sollte keine Unterhaltung stattfinden.
- Bei der Messung mit einem Oberarmmessgerät ist der untere Rand der Armmanschette ca. 3 cm („zwei Querfinger“) oberhalb des Ellenbogens zu positionieren, damit sich die Manschette während der Messung auf Herzhöhe befindet. Der Luftschlauch muss sich auf der Innenseite des Arms befinden und in Richtung des Mittelfingers verlaufen. Ein Handgelenkmessgerät ist während der Messung ebenfalls auf Herzhöhe zu positionieren. Bei der Stethoskop-Messung ist der untere Manschettenrand ca. 2,5 cm über der Ellenbeuge und das Mikrofon direkt über der Arteria brachialis zu positionieren.
- Bei der Blutdruckmessung nach Riva-Rocci wird eine manuelle Manschettenablassgeschwindigkeit von etwa 2 bis 3 mmHg/Sekunde empfohlen (gilt nicht für oszillometrische Messgeräte mit Halb-/Vollautomatik!).
- Die 2. und 3. Wiederholungsmessung ist jeweils nach 1 – 2 Minuten durchzuführen. Werden diese nicht vollautomatisch durchgeführt, ist darauf zu achten, dass die Blutdruckmanschette vollständig vor der nächsten Messung entlüftet ist.

### 4. Dokumentation

- Zur Dokumentation der gemessenen Werte empfehlen wir die Informationsbögen Blutdruck (ohne bekannten Bluthochdruck bzw. bei bestehendem Bluthochdruck):

<https://www.abda.de/fuer->

[apotheker/qualitaetssicherung/leitlinien/informationsboegen-blutdruck/](https://www.abda.de/fuer-apotheker/qualitaetssicherung/leitlinien/informationsboegen-blutdruck/)



- Zur vollständigen Dokumentation in den Informationsbögen Blutdruck gehören folgende Angaben:
  - Patientename
  - Datum und Uhrzeit der Messung
  - Patientenangaben (z.B. Vorerkrankungen, Raucherstatus, Medikation (bei bestehendem Bluthochdruck))
  - Angabe des Messarms (rechts/links)
  - Verwendetes Gerät (Oberarm/Handgelenk)
  - Systolischer und diastolischer Blutdruckwert [mmHg] aller 3 Messungen
  - Puls [ $\text{min}^{-1}$ ] aller 3 Messungen
  - Durchschnittswert für den systolischen und den diastolischen Blutdruck jeweils aus den Blutdruckwerten der 2. und 3. Messung
  - Durchschnittswert des Pulses aus den Werten der 2. und 3. Messung

- Empfohlene Maßnahme im Bereich des Ampelschemas (**Beachte:** Fallen bei einem Kunden systolische und diastolische Blutdruckwerte in verschiedene Kategorien, soll die höhere Risikokategorie Anwendung finden!)
- Ggf. Hinweis auf Arrhythmien
- Blutdruckwerte > 180/110 mmHg stellen einen Notfall dar und sollten nicht nach dem Ampelschema eingestuft werden. Der Patient sollte umgehend ärztlich untersucht werden.
- Der ausgefüllte Bogen wird dem Patienten mitgegeben.
- Weiterhin können die ermittelten Durchschnittswerte in einem Blutdruckpass protokolliert werden.
- Für regelmäßige Blutdruckmessungen von Stammkunden in der Apotheke sind der Messarm, das Messgerät (gegebenenfalls auch Manschettengröße) sowie die durchschnittlichen Blutdruckwerte in der Patientendatei zu dokumentieren.