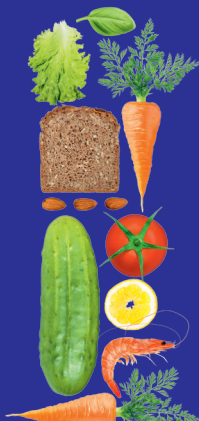


HARTMANN



Die 3 Säulen für ein gesundes Leben

ERNÄHRUNG



KONTROLLE



BEWEGUNG



Blutdruckpass

Veroval®



Veroval[®]

Blutdruck managen und mehr.



BLUTDRUCK



EKG|BLUTDRUCK



WAAGE

Durch die Kontrolle der Vitalwerte und einen gesunden Lebensstil können Probleme frühzeitig erkannt und vorgebeugt werden. Das regelmäßige Messen des Blutdrucks hilft, z. B. Schlaganfällen und Herzerkrankungen vorzubeugen und die ärztliche Therapie zu unterstützen.

Mit Veroval[®] und der kostenlosen Veroval[®] medi.connect Software sind Ihre Vitalwerte wie der Blutdruck in besten Händen. Alle Geräte liefern schnell und einfach zuverlässige Ergebnisse, die Sie entweder hier im Blutdruckpass eintragen oder die per Software auf dem PC gespeichert, graphisch aufbereitet und mit Ihrem Arzt geteilt werden können.



www.veroval.info/medicconnect

Name:

Vorname:

Geburtsdatum:

Adresse:

Arzt:

Medikamente:

Die 10 goldenen Regeln für die Blutdruckmessung

1. Vor der Messung ca. 5 Minuten Ruhe halten. Selbst Schreibtischarbeit erhöht den Blutdruck im Schnitt um ca. 6 mmHg systolisch und 5 mmHg diastolisch.
2. Kein Nikotin und keinen Kaffee bis zu einer Stunde vor der Messung zu sich nehmen.
3. Nicht unter starkem Harndrang messen. Eine gefüllte Harnblase kann zu einer Blutdrucksteigerung von ca. 10 mmHg führen.
4. Am unbekleideten Oberarm und in aufrechter Haltung im Sitzen messen.
5. Bei Verwendung eines Handgelenkmessgerätes halten Sie bitte die Manschette während der Messung auf Herzhöhe. Bei einem Oberarmmessgerät befindet sich die Manschette am Arm automatisch auf der richtigen Höhe.
6. Während der Messung nicht sprechen und nicht bewegen. Sprechen erhöht die Werte um ca. 6–7 mmHg.
7. Zwischen zwei Messungen mindestens eine Minute warten, damit die Gefäße für eine neue Messung vom Druck entlastet sind.
8. Werte in den Blutdruckpass eintragen: Notieren Sie die gemessenen Werte immer zusammen mit den eingenommenen Medikamenten, Datum und Uhrzeit in Ihrem Blutdruckpass.

9. Regelmäßig messen. Auch wenn sich Ihre Werte verbessert haben, sollten Sie diese weiterhin zur Kontrolle selbst überprüfen.
10. Immer zur gleichen Zeit messen. Da der Mensch täglich ca. 100.000 verschiedene Blutdruckwerte hat, haben Einzelmessungen keine Aussagekraft. Nur regelmäßige Messungen zu gleichen Tageszeiten über einen längeren Zeitraum hinweg ermöglichen eine sinnvolle Beurteilung der Blutdruckwerte.



Hinweise

Notieren Sie für jede Messung Datum und Uhrzeit und tragen Sie den Oberwert (Systole) und Unterwert (Diastole) zusammen mit dem Pulswert in den Blutdruckpass ein.

Die Blutdruckmessung ersetzt weder eine Therapie noch regelmäßige Kontrolluntersuchungen beim Arzt. Die vorgegebene Dosierung von Arzneimitteln darf keinesfalls eigenständig verändert werden.

Die World Health Organisation (WHO) und die International Society of Hypertension (ISH) haben folgende Klassifikationen für Blutdruckwerte entwickelt:

Ergebnis-Indikator*	Bewertung	Systolischer Druck	Diastolischer Druck	Empfehlung
rot	Hypertonie Grad 3	über 179 mmHg	über 109 mmHg	Einen Arzt aufsuchen
orange	Hypertonie Grad 2	160 – 179 mmHg	100 – 109 mmHg	
gelb	Hypertonie Grad 1	140 – 159 mmHg	90 – 99 mmHg	Regelmäßige Kontrolle beim Arzt
grün	Grenzwert normal	130 – 139 mmHg	85 – 89 mmHg	
grün	normal	120 – 129 mmHg	80 – 84 mmHg	Selbstkontrolle
grün	optimal	bis 119 mmHg	bis 79 mmHg	

*Die Farben finden Sie auf dem Display Ihres Veroval® Blutdruckmessgerätes.

Datum	10.8	10.8	11.8
Uhrzeit	8.00	18.15	7.45
SYS	135	152	142
DIA	76	85	72
Puls	75	70	86
angezeigt		X	
Gewicht	91 kg		90 kg
Medikamente eingenommen		X	



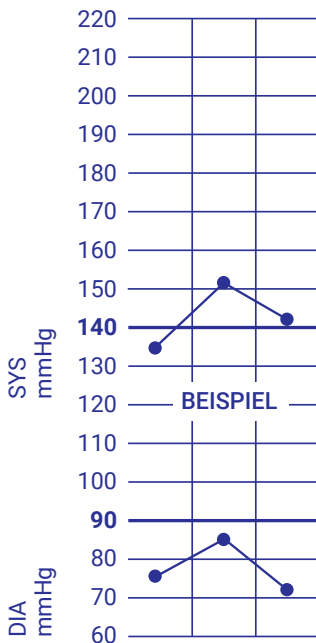
Medikamente eingenommen

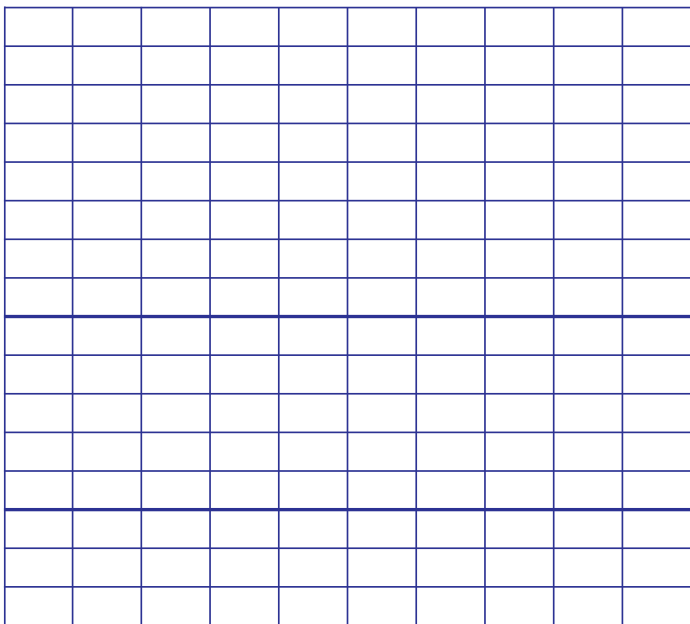
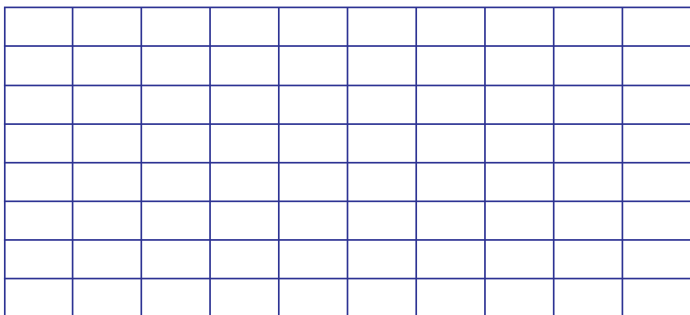


Jetzt auch ausprobieren:

Sie können Ihr Blutdrucktagebuch einfach mit der Veroval® medi.connect PC-Software führen. Ideal zum speichern, analysieren und teilen mit dem Arzt.

Gleich herunterladen unter www.veroval.info/mediconnect





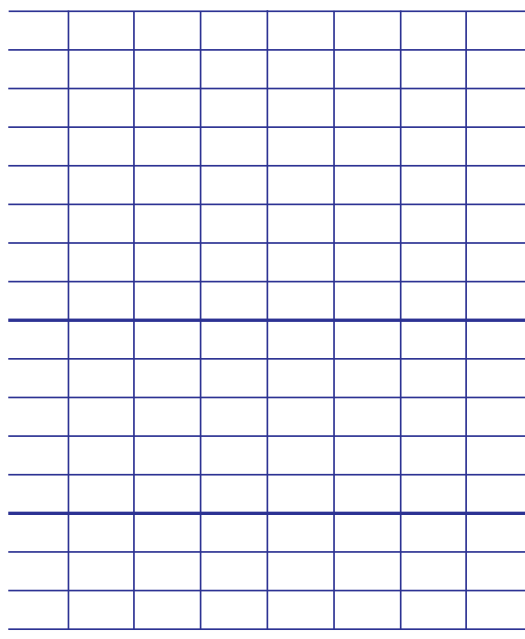


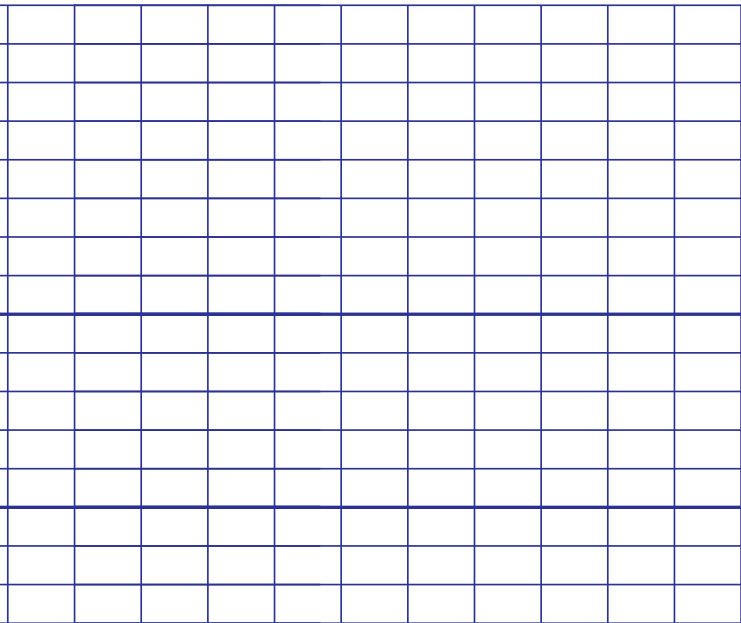
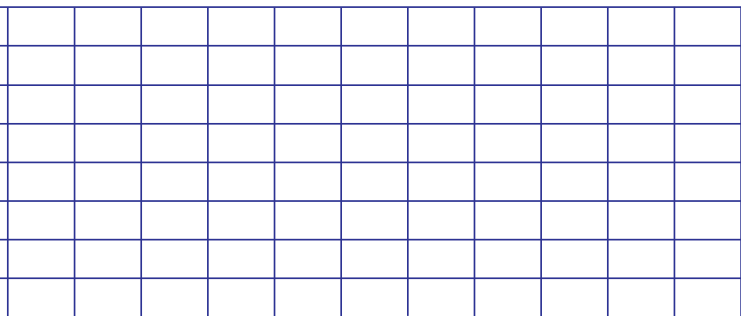
angezeigt
Gewicht
Medikamente
eingegenommen

Datum
Uhrzeit
SYS
DIA
Puls

SYS
mmHg
DIA
mmHg

220
210
200
190
180
170
160
150
140
130
120
110
100
90
80
70
60







angezeigt
Gewicht
Medikamente
eingenommen

Datum

Uhrzeit

SYS

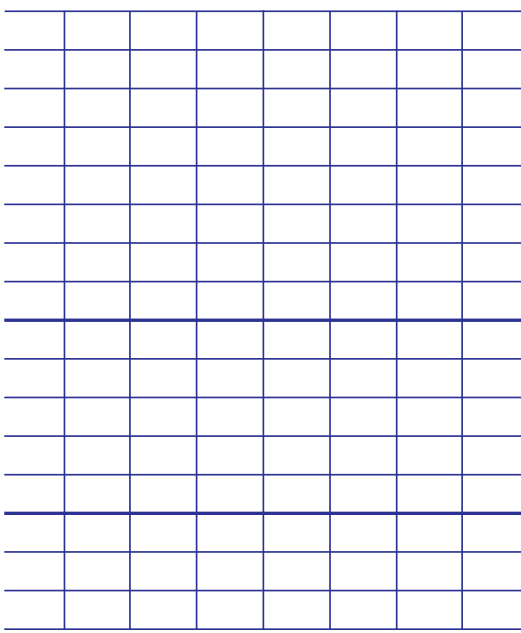
DIA

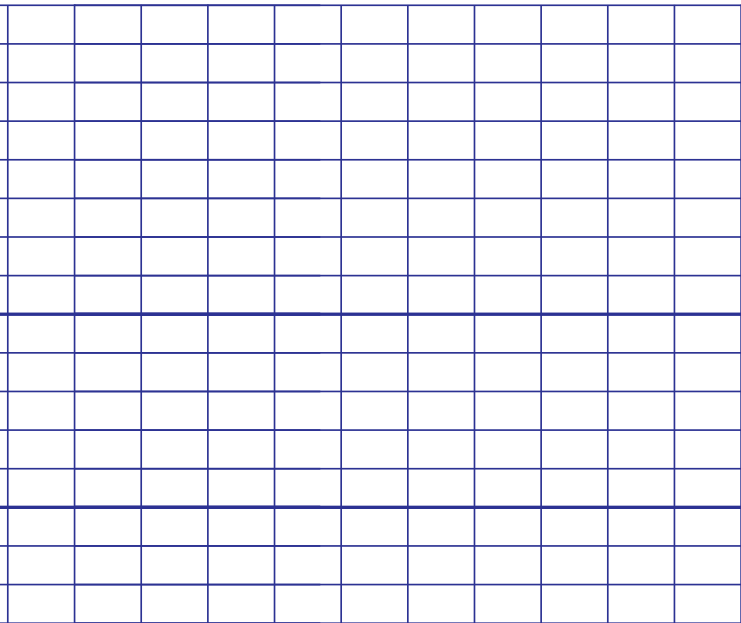
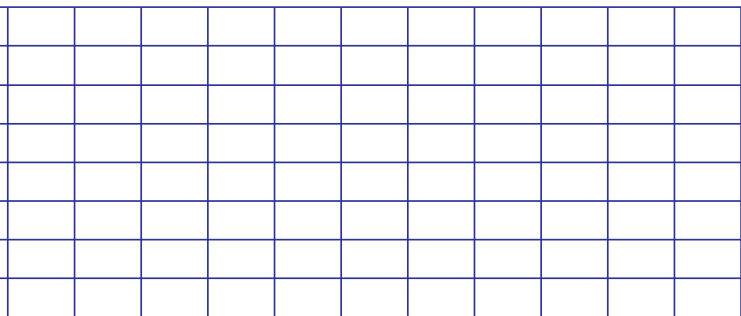
Puls

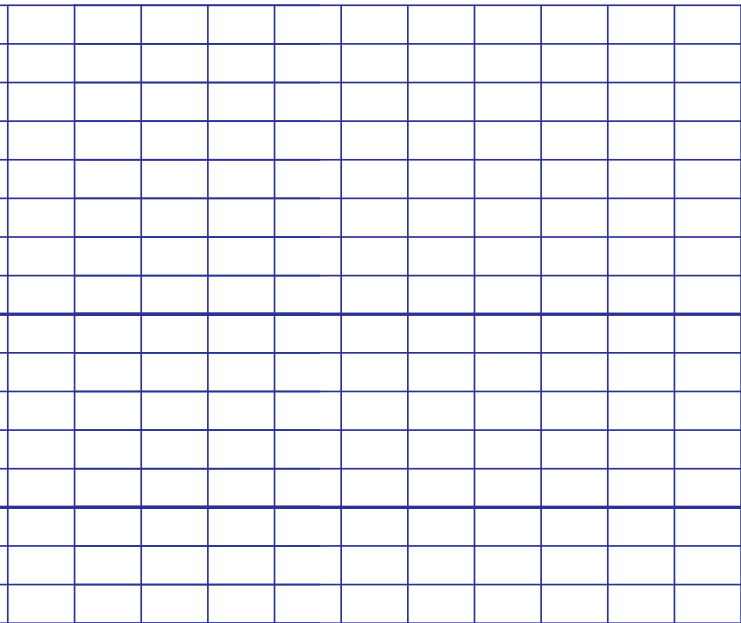
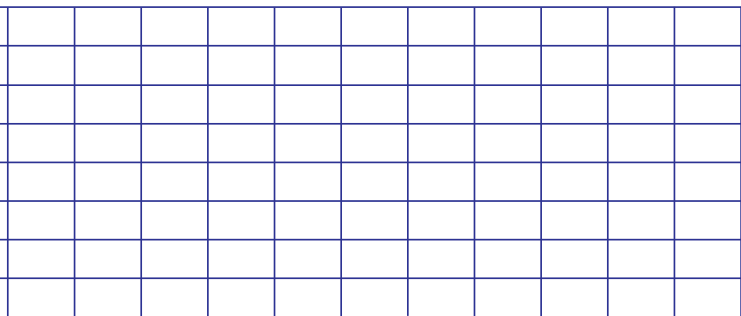
SYS
mmHg

DIA
mmHg

220
210
200
190
180
170
160
150
140
130
120
110
100
90
80
70
60







Datum

Uhrzeit

SYS

DIA

Puls



angezeigt

Gewicht

Medikamente
eingenommen

220

210

200

190

180

170

160

150

140

SYS
mmHg

130

120

110

100

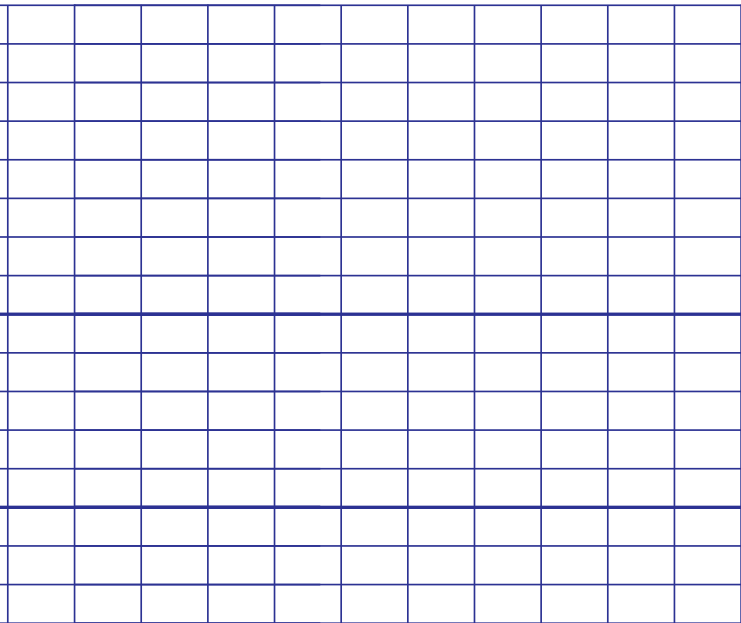
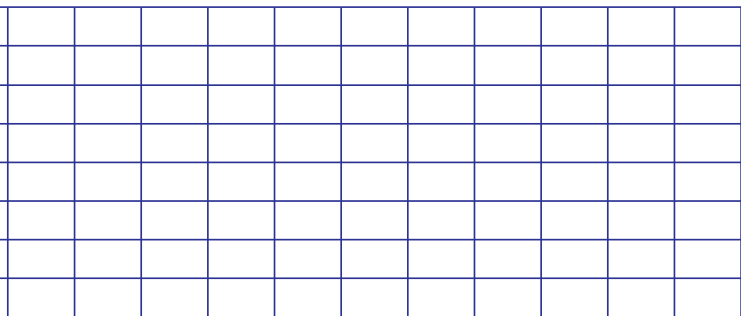
90

DIA
mmHg

80

70

60





angezeigt

Datum

Uhrzeit

SYS

DIA

Puls

Gewicht

Medikamente
eingegenommen

SYS
mmHg

DIA
mmHg

220

210

200

190

180

170

160

150

140

130

120

110

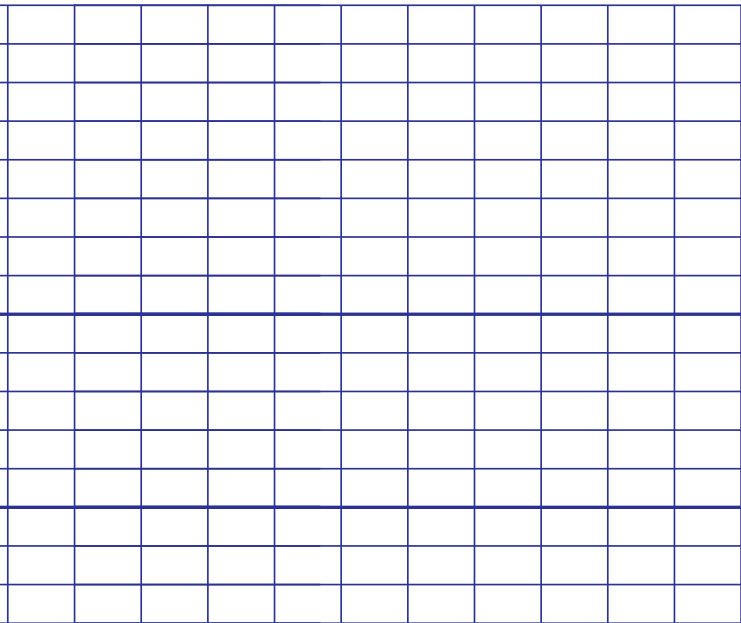
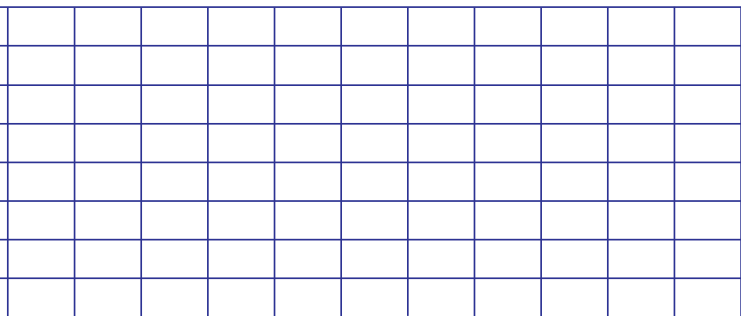
100

90

80

70

60





angezeigt

Datum

Uhrzeit

SYS

DIA

Puls

Gewicht

Medikamente
eingenommen

SYS
mmHg

DIA
mmHg

220

210

200

190

180

170

160

150

140

130

120

110

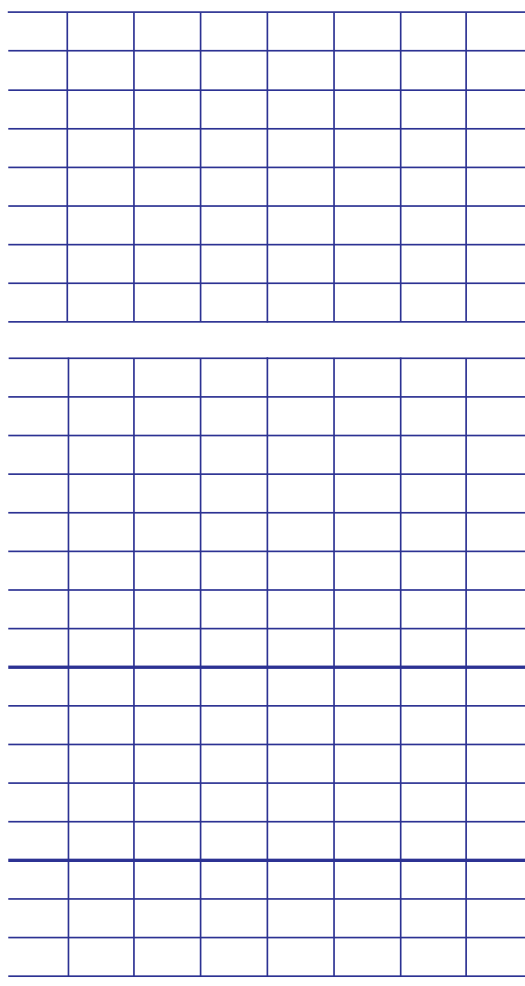
100

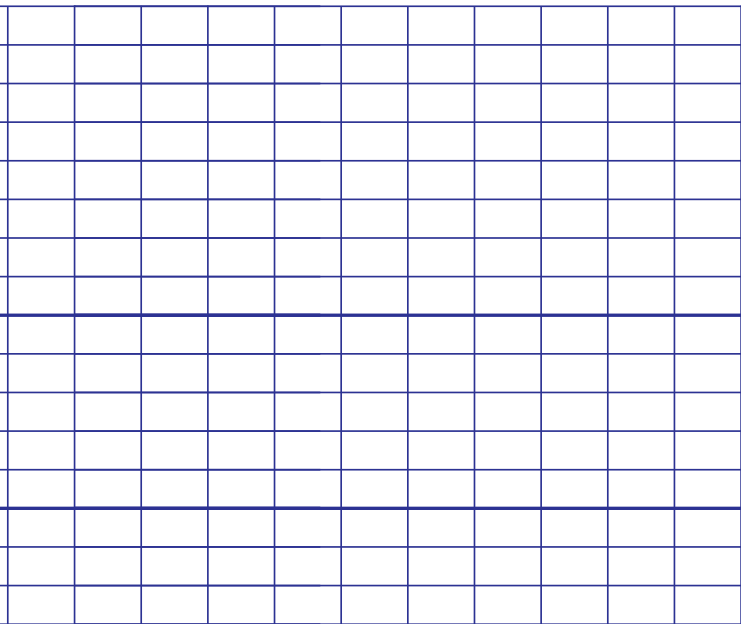
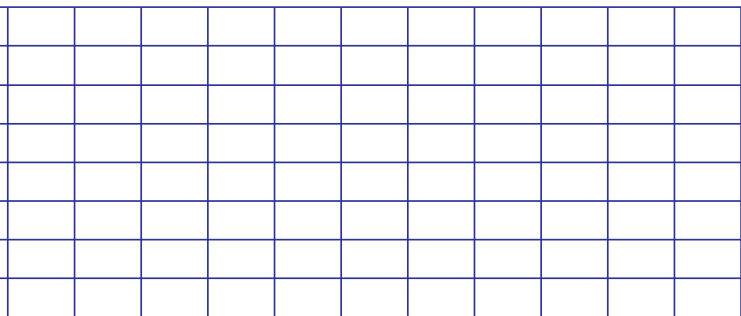
90

80

70

60





Sortimentsüberblick



Veroval® 2in1 Kombigerät
Mobiles EKG- und
Oberarm-Blutdruck-
messgerät.



**Veroval® Duo Control
Blutdruckmessgerät**
Speziell geeignet
für Patienten mit
Herzrhythmusstörungen.



**Veroval® Oberarm-
Blutdruckmessgerät**
Misst besonders exakt
und sanft.



**Veroval® Handgelenk-
Blutdruckmessgerät**
Misst einfach und
schnell.



**Veroval® Intelligente
Personenwaage**
Bietet vielfältige Mess-
und Analysemöglichkeiten.

Weitere Informationen finden Sie unter www.veroval.at



Hilft. Pflegt. Schützt.

PAUL HARTMANN Ges.m.b.H.
IZ NÖ Süd Straße 3, Objekt 64
2355 Wiener Neudorf

Tel. +43 2236 64630-0
office@at.hartmann.info
www.at.hartmann.info