

Blutdrucktabelle

Woche vom _____ bis _____.

Datum & Uhrzeit	Systolischer Wert	Diastolischer Wert	Puls	Wertung	Bemerkungen
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	
				<input type="checkbox"/> Niedrig <input type="checkbox"/> Hoch <input type="checkbox"/> Normal	

Normalwerte - systolisch 105-129, diastolisch 60-84. Ab einem Bluthochdruck von 140 systolisch und 90 diastolisch sollte zur Untersuchung einer Hypertonie schnellstmöglich ein Arzt aufgesucht werden, um Komplikationen vorzubeugen.

	Systolisch (mm Hg)	Diastolisch (mm Hg)
Niedrig	<105	<60
Optimal	105 - 120	60 - 80
Normal	120 - 129	80 - 84
Hoch normal	130 - 139	85 - 89
Hypertonie Grad 1	140 - 159	90 - 99
Hypertonie Grad 2	160 - 179	100 - 109
Hypertonie Grad 3	Ab 180	Ab 110