

Mit freundlicher Empfehlung
überreicht von:

3. Auflage 2011

Bluthochdruck-
Tagebuch



www.aliud.de

Bluthochdruck- Tagebuch

ALIUD® PHARMA GmbH

Gottlieb-Daimler-Str. 19 · D-89150 Laichingen

Tel. 07333/9651-0 · Fax: 07333/9651-6004

info@aliud.de



Persönliche Daten

NAME, VORNAME

ADRESSE

TELEFON

GEBURTSDATUM

BENACHRICHTIGUNG IM NOTFALL

BEHANDELNDER ARZT

BENÖTIGTE MEDIKAMENTE/SONSTIGES

HINWEISE

- Messen Sie möglichst regelmäßig, morgens und abends.
- Trinken, essen und rauchen Sie 30 Minuten vor der Messung nicht mehr.
- Bleiben Sie 3-5 Minuten vor der Messung ruhig sitzen.
- Unbedingt die Gebrauchsanweisung Ihres Blutdruckmessgerätes beachten!
- Tragen Sie den ersten, oberen Wert (systolischer Blutdruck) und den zweiten, unteren Wert (diastolischer Blutdruck) gleich in die Tabelle ein.

Editorial



LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

wenn Sie unter Bluthochdruck leiden, ist das Führen eines Tagebuchs eine wertvolle Hilfe – nicht nur für Ihren Arzt, sondern auch für Sie selbst. Wenn Sie alle Messungen genau eintragen, werden Sie schon bald feststellen, dass Sie Ihren Blutdruck sehr wohl durch Ihr Verhalten beeinflussen können.

Bitte denken Sie daran, dieses Tagebuch regelmäßig und sehr sorgfältig zu führen. Nehmen Sie es unbedingt zu jedem Arztbesuch mit und legen Sie es vor.

Bitte wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie ein neues Tagebuch benötigen.

Ihr Gesundheits-Team von ALIUD® PHARMA

MEDIZINISCHE BEFUNDE

	Datum	Datum	Datum	Datum	Datum
Körpergewicht					
Blutdruck					
Puls					
Blutzucker					
HbA1c					
Gesamtcholesterin					
LDL-Cholesterin					
HDL-Cholesterin					
Triglyzeride					
Harnsäure im Serum					
Sonstiges					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)	(Schläge/Minute)	
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					

Datum	Uhrzeit		Blutdruck (mmHg)		Puls (Schläge/Minute)	Bemerkungen
	☀ = morgens, ☾ = abends		Oberer Wert (systolisch)	Unterer Wert (diastolisch)		
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					
	☀					
	☾					