

## Blodtryck – standardiserad mätning och definition

Rekommendationer för standardiserad mätning av blodtryck

<b>Standardiserad blodtrycksmätning</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Undvik kaffe, te eller tung fysisk ansträngning innan blodtrycksmätningen</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Vila minst 5 min under tystnad inför mätning</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Blodtrycket mäts i sittande med stöd för rygg och arm</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Flera mätningar kan behövas vid arytmi, t.ex. vid förmaksflimmer då manuell mätning bör användas eftersom de flesta digitala mätare inte är validerade för mätningar hos patienter med förmaksflimmer</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Manschetten bör sitta på överarmen i höjd med hjärtat, ett par cm ovan armvecket</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Vid första besöket bör blodtrycket mätas i både höger och vänster arm för att upptäcka en eventuell skillnad mellan armarna. Använd sedan den arm där blodtrycket är högst som referensvärde</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Liggande och stående blodtrycksmätning bör övervägas hos patienter som ofta drabbas av ortostatisk hypotension, t.ex. äldre och hos patienter med diabetes</li></ul>

Definition av hypertoni

	<b>Systole (mmHg)</b>	<b>Diastole (mmHg)</b>
<b>Mottagnings-blodtryck*</b>	≥ 140	och/eller ≥ 90
<b>24 h blodtryck</b>		
Dag	≥ 135	och/eller ≥ 85
Natt	≥ 120	och/eller ≥ 70
24 h medel	≥ 130	och/eller ≥ 80
<b>Hem-blodtryck</b>	≥ 130-135	och/eller ≥ 85

\*Mottagnings-blodtryck avser här konventionell mätning och inte en icke övervakad mätning av blodtryck på mottagningen.