





## Vérnyomás mérése

-  Orvosi rendelőben
-  Asszisztens vagy
-  Vérnyomást kell mérned
-  10 perced van a feladatra



A belépő beteg szédülésre panaszodik.  
Mérd meg a vérnyomását!

### A MÉRÉS LÉPÉSEI

- Tedd szabaddá a bal kart!
- A kar alsó része feküdjön az asztalon!
- Húzd fel a mandzsettát a felső karra!
- 2-3 centivel legyen a könyök hajlása felett!
- Simítsd le a tépőzárat! Ne legyen túl szoros!
- Nyomd meg a START gombot!
- A gép zümmögni fog. Számok villognak rajta.

#### A mérés vége:

három szám áll meg  
a kijelzőn:

1. A vérnyomás felső értéke
2. A vérnyomás alsó értéke
3. A pulzus száma.



#### A VÉRNYOMÁS NORMÁL ÉRTÉKEI

SYS = a szív összehúzódásakor: **120 – 129** (Hgmm)  
DIA = a szívverések közötti szünetben: **80 alatt** (Hgmm)

#### A PULZUS NORMÁL ÉRTÉKEI

= percenkénti szívverés: **60 – 120 / perc**  
(A pillanatnyi fizikai vagy lelki terhelésétől függően.)

Olvasd le a mért értékeket! Úgy, hogy a beteg is hallhassa!

#### Mondd el neki:

- Milyen a vérnyomása a normál értékekhez képest?
- Milyen a pulzusa a normál értékhez képest?