

Quiz zur Blutdruckmessung

1. Welche Blutdruckwerte merken Sie sich als obere Grenze?
 - 165/97 mmHg
 - 140/90 mmHg
2. Bluthochdruck macht sich bemerkbar durch
 - ein gerötetes Gesicht, Herzklopfen und Nervosität
 - keine spür- oder sichtbaren Anzeichen
3. Die wichtigen Risikofaktoren für Bluthochdruck sind:
 - Rauchen, Alkohol, Übergewicht, wenig körperliche Bewegung
 - steigendes Alter und Vererbung
 - alle genannten Faktoren
4. Selber messen ist einfach. Beachten muss ich, dass
 - ich mir Zeit nehme
 - die Messung schnell und zügig durchgeführt wird
5. Gegen Bluthochdruck kann ich mich impfen lassen.
 - stimmt
 - stimmt nicht
6. Der Blutdruck ist vom Gewicht abhängig.
 - Nein das Körpergewicht hat mit dem Blutdruck nichts zu tun
 - Ja: In der Regel sinkt der Blutdruck mit jedem Kilogramm, das man abnimmt um 1 mmHg (10 kg Gewichtsabnahme = minus 10mmHg)
7. Die wichtigen Werten der Blutdruck sind:
 - oberer Wert (diastolisch) und unterer Wert (systolisch)
 - oberer Wert (systolisch) und unterer Wert (diastolisch)
8. Mit der palpatorische Messmethode kann:
 - nur der obere Wert gemessen werden
 - der obere und der untere Wert gemessen werden
9. Elektronische Handgelenk-Blutdruckmessgeräte messen schlechter als Oberarm-Blutdruckmessgeräte:
 - Ja immer
 - Nein, wenn es richtig eingesetzt wird.
10. Quecksilber-Blutdruckmessgeräte müssen regelmässig geeicht werden.
 - Falsch. Das Gewicht des Quecksilbers dient als „Gegendruck“ und zeigt immer richtig an.
 - Richtig. Das Quecksilber kann verdunsten und muss regelmässig ersetzt werden.

Quiz zur Blutdruckmessung (Antworten)

1. Welche Blutdruckwerte merken Sie sich als obere Grenze?
 165/97 mmHg
 140/90 mmHg
2. Bluthochdruck macht sich bemerkbar durch
 ein gerötetes Gesicht, Herzklopfen und Nervosität
 keine spür- oder sichtbaren Anzeichen
3. Die wichtigen Risikofaktoren für Bluthochdruck sind:
 Rauchen, Alkohol, Übergewicht, wenig körperliche Bewegung
 steigendes Alter und Vererbung
 alle genannten Faktoren
4. Selber messen ist einfach. Beachten muss ich, dass
 ich nehme mich Zeit
 die Messung schnell und zügig durchgeführt wird
5. Gegen Bluthochdruck kann ich mich impfen lassen.
 stimmt
 stimmt nicht
6. Der Blutdruck ist vom Gewicht abhängig.
 Nein das Körpergewicht hat mit dem Blutdruck nichts zu tun
 Ja: In der Regel sinkt der Blutdruck mit jedem Kilogramm, das man abnimmt um 1 mmHg (10 kg Gewichtsabnahme = minus 10mmHg)
7. Die wichtigen Werten der Blutdruck sind:
 oberer Wert (diastolisch) und unterer Wert (systolisch)
 oberer Wert (systolisch) und unterer Wert (diastolisch)
8. Mit der palpatorische Messmethode kann:
 nur der obere Wert gemessen werden
 der obere und der untere Wert gemessen werden
9. Elektronische Handgelenk-Blutdruckmessgeräte sind messen schlechter als Oberarm-Blutdruckmessgeräte:
 Ja immer
 Nein, wenn es richtig eingesetzt wird.
10. Quecksilber-Blutdruckmessgeräte müssen regelmässig geeicht werden.
 Falsch. Das Gewicht des Quecksilbers dient als „Gegendruck“ und zeigt immer richtig an.
 Richtig. Das Quecksilber kann verdunsten und muss regelmässig ersetzt werden.