



Ihr Blutdruck: _____
Name

Datum	Uhrzeit	systolischen	diastolisch	Puls

Was ist Bluthochdruck?

Laut Hochdruckliga liegt der ideale Blutdruck bei 120/80 mmHg. Bluthochdruck (Hypertonie) ist eine krankhafte Steigerung des Drucks in den Arterien auf einen systolischen Wert von über 140 mmHg und eine diastolischen Wert über 90 mmHg.