

# Veroval®

Für einfaches und schnelles Messen

## Veroval® Handgelenk-Blutdruckmessgerät



PZN 12672584

## Für einfaches und schnelles Blutdruck messen am Handgelenk mit Arrhythmie-Erkennung

- ✓ Vollautomatische Blutdruck- und Pulsmessung am Handgelenk
- ✓ Arrhythmie-Erkennung
- ✓ Großes, leicht ablesbares Display
- ✓ Hohe Messgenauigkeit
- ✓ Einfache Messwert-Analyse per Ampelsystem
- ✓ Durchschnittswerte aller gespeicherten Messwerte
- ✓ Durchschnittswerte des Morgen- und Abendblutdrucks der letzten 7 Tage
- ✓ 200 Speicherplätze (je 100 Speicherplätze für 2 Benutzer)
- ✓ Mit optischer Positionskontrolle zur Bestimmung der richtigen Messposition auf Herzhöhe
- ✓ Mit Manschette für Handgelenksumfänge 12,5–21 cm
- ✓ Inkl. Datums- und Uhrzeitanzeige
- ✓ Entwickelt in Deutschland
- ✓ Inkl. Aufbewahrungsbox, USB-Kabel und 2x 1,5 V Batterien AAA
- ✓ Veroval® medi.connect Software als Download zur Datenspeicherung und -auswertung, auch von anderen Veroval® Geräten



## Veroval®



### Hohe Präzision bestätigt:

Die nachgewiesene hohe Messqualität des Veroval® Handgelenk-Blutdruckmessgeräts wurde mit dem Qualitätssiegel der Europäischen Gesellschaft für Hypertonie (ESH) ausgezeichnet.



### Integrierte Positionskontrolle

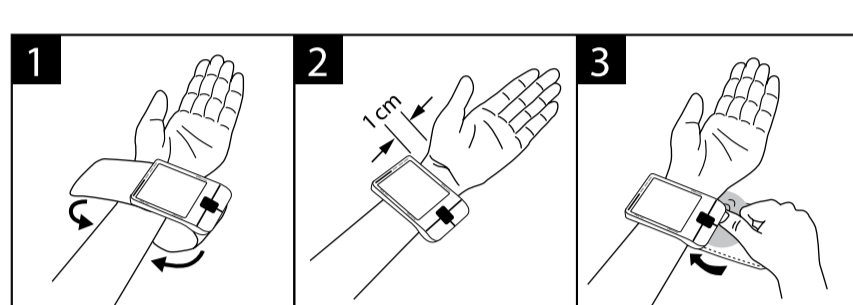
Für exakte Messwerte ist es wichtig, dass sich das Blutdruckmessgerät auf Herzhöhe befindet. Als zusätzliche Hilfe ist in dem Gerät eine Positionskontrolle integriert, die Ihnen die richtige Position des Blutdruckmessgeräts anzeigt. Wenn Sie auf dem Display ein OK sehen, haben Sie die richtige Position erreicht.



## Anwendung Veroval®

### Anlegen des Blutdruckmessgerätes

- ✓ Die Messung muss am unbedeckten Handgelenk durchgeführt werden. Die Manschette sollte nicht über einen stark hervorstehenden Handknochen angelegt werden, da sie sonst nicht gleichmäßig um das Handgelenk anliegt.
- ✓ Das Gerät ist fest mit der Manschette verbunden und die Manschette darf nicht vom Gerät entfernt werden.
- ✓ Stülpen Sie nun die Manschette über das Handgelenk. Das Blutdruckmessgerät wird mittig an der Innenseite des Handgelenks ca. 1-1,5 cm von der Handwurzel, positioniert.



### Durchführung der Messung

- ✓ Die Messung sollte an einem ruhigen Ort, in entspannter und bequemer Sitzposition durchgeführt werden.
- ✓ Die Messung kann am rechten oder linken Handgelenk durchgeführt werden. Wir empfehlen die Messung am linken Handgelenk durchzuführen. Langfristig sollte an dem Handgelenk gemessen werden, welches die höheren Ergebnisse zeigt. Sollte es jedoch einen sehr deutlichen Unterschied zwischen den Werten der Handgelenke geben, klären Sie mit Ihrem Arzt, welches Handgelenk Sie für die Messung verwenden.

## Messung des Blutdrucks

### Die 10 goldenen Regeln für die Blutdruckmessung

Beim Blutdruckmessen spielen viele Faktoren eine Rolle. Diese zehn allgemeinen Regeln helfen Ihnen, die Messung korrekt durchzuführen.

- 1.** Vor der Messung ca. 5 Minuten Ruhe halten. Selbst Schreibtischarbeit erhöht den Blutdruck im Schnitt um ca. 6 mmHg systolisch und 5 mmHg diastolisch.
- 2.** Kein Nikotin und keinen Kaffee bis zu einer Stunde vor der Messung zu sich nehmen.
- 3.** Nicht unter starkem Harndrang messen. Eine gefüllte Harnblase kann zu einer Blutdrucksteigerung von ca. 10 mmHg führen.
- 4.** Am vollkommen unbedeckten Oberarm und in aufrechter, bequemer Haltung im Sitzen messen. Die Blutzirkulation darf nicht durch z. B. aufgerollte Ärmel beeinträchtigt sein.
- 5.** Bei Verwendung eines Handgelenk-Messgerätes halten Sie bitte die Manschette während der Messung auf Herzhöhe. Bei einem Oberarmmessgerät befindet sich die Manschette am Arm automatisch auf der richtigen Höhe.
- 6.** Während der Messung nicht sprechen und nicht bewegen. Sprechen erhöht die Werte um ca. 6-7 mmHg.
- 7.** Zwischen zwei Messungen mindestens eine Minute warten, damit die Gefäße für eine neue Messung vom Druck entlastet sind.
- 8.** Messwerte immer mit Datum und Uhrzeit sowie mit den eingenommenen Medikamenten dokumentieren, bequem und einfach mit Veroval® medi.connect.
- 9.** Regelmäßig messen. Auch wenn sich Ihre Werte verbessert haben, sollten Sie diese weiterhin zur Kontrolle selbst überprüfen.
- 10.** Immer zur gleichen Zeit messen. Da der Mensch täglich ca. 100.000 verschiedene Blutdruckwerte hat, haben Einzelmessungen keine Aussagekraft. Nur regelmäßige Messungen zu gleichen Tageszeiten über einen längeren Zeitraum hinweg ermöglichen eine sinnvolle Beurteilung der Blutdruckwerte.

### Ab welchen Werten habe ich Bluthochdruck?

Bewertung	Systolischer Druck	Diastolischer Druck	Empfehlung
Hypertonie Grad 3	über 179 mmHg	und/oder über 109 mmHg	Einen Arzt aufsuchen
Hypertonie Grad 2	160 - 179 mmHg	und/oder 100 - 109 mmHg	
Hypertonie Grad 1	140 - 159 mmHg	und/oder 90 - 99 mmHg	Regelmäßige Kontrolle beim Arzt
Grenzwert normal	130 - 139 mmHg	und/oder 85 - 89 mmHg	
normal	120 - 129 mmHg	und/oder 80 - 84 mmHg	Selbstkontrolle
optimal	bis 119 mmHg	und/oder bis 79 mmHg	

Quelle: WHO, 1999 (World Health Organisation)

### Welches Ziel hat die Behandlung?

Als erstes Behandlungsziel wird die Senkung des Blutdrucks auf <140/90 mmHg für alle Patienten empfohlen und, sofern die Therapie gut vertragen wird, sollten bei den meisten Patienten unter Behandlung BP-Werte von 130/80 mmHg oder niedriger angestrebt werden. Bei Patienten <65 Jahre wird empfohlen den SBP in den meisten Fällen auf 120-129 mmHg zu senken. Bei älteren Patienten (≥65 Jahre) wird empfohlen einen SBP im Bereich von 130-139 mmHg anzustreben.

### Kann ich selbst etwas zur Senkung meines Blutdrucks tun?

Sie können eine ganze Menge kleiner Dinge mit großer Wirkung tun. Ganz ohne Medikamente. Ändern Sie also Ihre Lebensgewohnheiten. Die Deutsche Hochdruckliga hat für Sie zehn einfache Grundregeln aufgestellt.

Die zehn Grundregeln für Bluthochdruckpatienten:

1. Regelmäßig Blutdruck messen
2. Empfehlungen des Arztes beachten
3. Normalgewicht anstreben
4. Alkoholgenuss einschränken
5. Kochsalz reduzieren und durch Gewürze ersetzen
6. Reichlich Obst und Gemüse essen
7. Pflanzliche Fette und hochwertige Öle benutzen
8. Rauchen einstellen
9. Für regelmäßige körperliche Bewegung sorgen
10. Für Ruhepausen und Entspannung sorgen

Quelle: Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL

## Veroval® medi.connect

### Die Veroval® medi.connect Software - zur Datenübertragung und Verwaltung Ihrer Vitalwerte

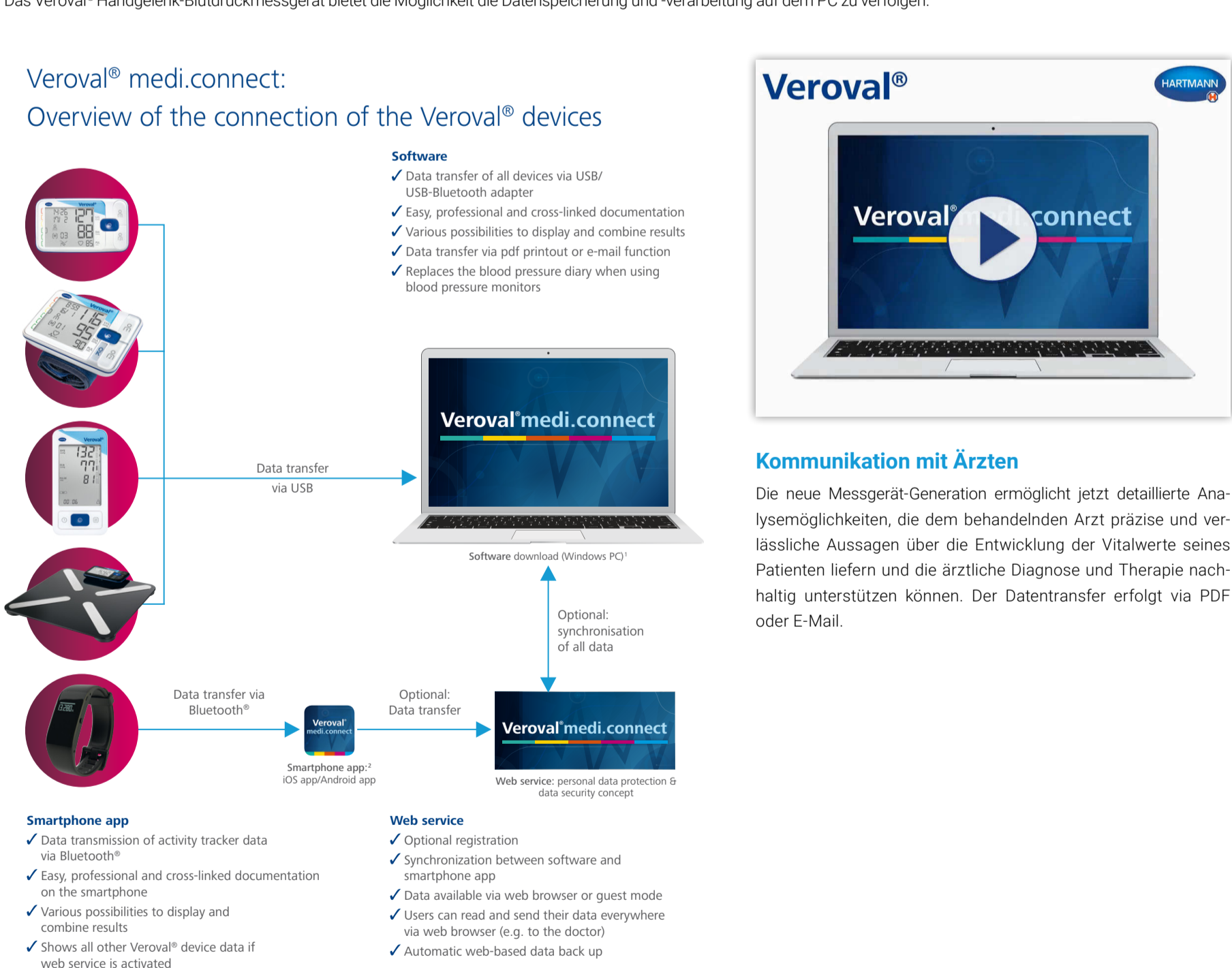
Die exakte Erfassung von Vitalwerten wie z. B. Blutdruck oder Gewicht ist mit den Veroval® Messgeräten denkbar einfach. Aber wie können diese Werte unkompliziert gespeichert, analysiert, miteinander verglichen und mit dem Arzt geteilt werden? Die kostenlose Veroval® medi.connect Software zum Download auf Ihren Computer liefert Ihnen mit ihren vielfältigen Funktionen zu jeder Frage eine Lösung.

### Welche Vorteile bietet Veroval® medi.connect?

Die gemessenen Daten lassen sich bequem speichern. Zudem können die Werte analysiert und per E-Mail oder PDF-Ausdruck mit dem Arzt geteilt werden. Ein weiterer Vorteil ist, dass die Werte mit den Daten anderer Veroval® Geräte in Zusammenhang gesetzt werden können und so eine umfassende Gesundheitsanalyse ermöglichen, die den Arzt in seiner Therapieempfehlung unterstützen kann.

### Wie funktioniert die Datenübertragung in Veroval® medi.connect?

Das Veroval® Handgelenk-Blutdruckmessgerät bietet die Möglichkeit die Datenspeicherung und -verarbeitung auf dem PC zu verfolgen.



## Veroval®

### Veroval® EKG/Blutdruck 2in1 Kombigerät



### Veroval® duo control Oberarm-Blutdruckmessgerät



### Veroval® Oberarm-Blutdruckmessgerät



### Veroval® Handgelenk-Blutdruckmessgerät



### Veroval® compact Oberarm-Blutdruckmessgerät



### Veroval® compact Handgelenk-Blutdruckmessgerät



### Veroval® Personenwaage



### Veroval® Aktivitätsarmband

