

Bluthochdruck vermeiden

Vorbereitung auf das Arztgespräch

Um Bluthochdruck zu erkennen, wird Ihnen Ihre Ärztin/Ihr Arzt beim Arztgespräch Fragen stellen. Es ist ratsam, sich schon im Vorhinein Gedanken dazu zu machen.



Mögliche Fragen von Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt können sein:

- ✓ Treten Symptome von Bluthochdruck auf? Wenn ja, welche? (z.B. Kopfschmerzen, Schwindel, Schlafstörungen, innere Unruhe, Nasenbluten, gerötetes Gesicht, schnelle Ermüdung/Kurzatmigkeit)

- Wie häufig treten diese Beschwerden auf?

- Bei welchen Tätigkeiten/in welcher Situation treten die Beschwerden auf? (z.B. Schlaf, Belastung)

- Gibt es Maßnahmen (z.B. hinsetzen, entspannen), die Ihnen geholfen haben die Beschwerden zu beenden?

- Wann haben Sie die Beschwerden erstmalig wahrgenommen?

- ✓ Haben Sie andere Erkrankungen? (z.B. Nierenerkrankungen, Diabetes, Herzschwäche)



✓ Leidet in Ihrer Familie jemand an hohem Blutdruck?

✓ Hat in Ihrer Familie jemand eine Herzerkrankung oder einen Herzinfarkt erlitten?

✓ Nehmen Sie regelmäßig Medikamente ein? Wenn ja, welche?

✓ Haben Sie geraucht oder sind Sie aktiver Raucher?
