



Ambulante Blutdruck-Langzeitmessung (ABDM)

Die Definition der Normbereiche und die Klassifikation des arteriellen Blutdruckes folgt den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (World Health Organisation) und der Internationalen Hypertoniegesellschaft (International Society Of Hypertension), denen sich die „Deutsche Liga zur Bekämpfung des hohen Blutdruckes“ angeschlossen hat.

Bei der Blutdruckmessung werden jeweils ein systolischer und diastolischer Wert in mm Hg angegeben. Fallen systolischer und diastolischer Blutdruck in unterschiedliche Klassen, ist die höhere Klasse für die Einordnung entscheidend.

Kategorie (unter Ruhe-Bedingungen)	Blutdruck in mm Hg	
	systolisch	diastolisch
optimal	< 120	< 80
normal	< 130	< 85
noch normal	130 – 139	85 – 89
Hypertonie Grad 1 (leicht)	140 – 159	90 – 99
<i>Subgruppe „Borderline“</i>	140 – 149	90 – 94
Hypertonie Grad 2 (mäßig)	160 – 179	100 – 109
Hypertonie Grad 3 (schwer)	≥ 180	≥ 110
isolierte systolische Hypertonie	≥ 140	< 90
<i>Subgruppe „Borderline“</i>	140 – 149	< 90

Der Blutdruck ist wohl die veränderlichste Messgröße beim Menschen und somit ist jede Einzelmessung nur eine Momentaufnahme, deren Wert von einer Vielzahl von Faktoren abhängt (Tageszeit, Belastung, Angst, Aufregung u.a.).

Eine Blutdruck-Langzeitmessung über einen 24-stündigen Zeitraum ist da viel aufschlußreicher und das Herz-Kreislauf-Risiko besser einschätzbar.

Ein Hochdruck liegt bei Überschreitung folgenden Mittelwerte vor:

24-Stunden-Mittelwert: > 130 / 80 mm Hg
Tages-Mittelwert: > 135 / 85 mm HG
Nacht-Mittelwert: > 120 / 70 mm HG