

Hier is een algemene handleiding voor het gebruik van een handmatige bloeddrukmeter, ook wel een sphygmomanometer genoemd:

1. **Vorbereiding:**

- Zorg ervoor dat je in een rustige omgeving bent waar je comfortabel kunt zitten en ontspannen.
- Plaats de manchet om je bovenarm, ongeveer 2-3 cm boven je elleboog. Zorg ervoor dat de manchet goed aansluit, maar niet te strak zit.

2. **Palpatie van de slagader:**

- Plaats de stethoscoop op de slagader (meestal de arteria brachialis in de elleboogplooi) en luister naar de hartslag.

3. **Opblazen van de manchet:**

- Sluit het ventiel op de handpomp en pomp langzaam lucht in de manchet terwijl je de hartslag blijft voelen.
- Blijf de manchet opblazen totdat de hartslag niet meer hoorbaar is.

4. **Afbouwen van de manchet:**

- Draai het ventiel langzaam open om de lucht uit de manchet te laten ontsnappen.
- Blijf luisteren naar de hartslag terwijl de druk in de manchet afneemt.

5. **Metten van de bloeddruk:**

- Noteer de drukwaarde op de manometer wanneer je de eerste hartslag hoort (systolische druk) en wanneer de hartslag volledig verdwijnt (diastolische druk).
- Herhaal de meting indien nodig voor nauwkeurigheid.

6. **Registratie van de resultaten:**

- Noteer de gemeten bloeddrukwaarden (bijvoorbeeld 120/80 mmHg) en de datum en tijd van de meting.

7. **Manchet verwijderen:**

- Verwijder voorzichtig de manchet van je arm.

8. **Onderhoud:**

- Reinig en desinfecteer de manchet en het stethoscoopkopstuk na elk gebruik volgens de instructies van de fabrikant.

- Controleer regelmatig of de manometer correct is gekalibreerd.

Het is belangrijk om de instructies van de fabrikant van je specifieke sphygmomanometer op te volgen en om regelmatig te oefenen om vertrouwd te raken met het correct gebruik van het apparaat. Raadpleeg een arts of verpleegkundige als je vragen hebt over het gebruik van een handmatige bloeddrukmeter.

ChatGPT can make mistakes. Consider checkin