

# Lathund för BT-kontroll USK



- Rum med behaglig temperatur.
- Berätta hur undersökningen går till
- Patienten bör ha tömt urinblåsan
- Undvika koffein, tobak och tyngre fysisk ansträngning 30 minuter innan mättillfället

## Före besöket

- Kontrollera om det finns ett målvärde för BT. Målvärdet bör uppnås annars boka ny kontroll enligt punkten ”Uppföljning”.
  - Tips. Målvärde hittas lättast under fliken ”Mätvärden/Laboratorielista” i journalen. Välj mätvärde, skrolla till ”Målvärde blodtryck systoliskt” och ”Målvärde blodtryck diastoliskt”

## Mät BT

- Mät **ALLTID** armen med måttband – välj rätt storlek på manschetten, notera storlek i journalen
  - Sätt på manschetten **Höger** arm **FÖRE** vilan. (Vä arm i de fall BT ej kan mätas i hö)
- Patienten ska vila tyst i minst 5 minuter inför första mätningen
  - OBS personal och pat ska inte samtala varken under vilan eller mellan mätningarna
  - **Sittande** vila är standard. (Liggande vila vid särskilda tillfällen)
- Armen ska **ha stöd i rätt höjd** (se bilden ovan)
  - Avslappnad arm i höjd med mitten av bröstbenet
  - Handflata uppåt
- Båda fötterna ska vara stadigt i golvet, ej korsade ben. Ryggen mot stabilt ryggstöd
- Mät BT 3 gånger i samma arm
  - **Använd automatisk apparat**
  - Vänta minst en minut mellan mätningarna, **tala inte med varandra** under denna period
- Känn på pulsen under 30-60sec
  - Vid oregelbunden puls: Rådgör med MSK.

## Dokumentera

- Notera Hö/vä arm/lår
- Automatisk apparat samt storlek på manschetten (Notera om manuell manschett används)
- Sittande vila. Notera om det var liggande vila
- Hur lång vilan var i minuter
- Dokumentera antal mätningar som utförts
  - Använd sökord avsett för registrering av BT (**Ej i löpande text**), se punkten nedan
    - Mätningen med lägst värde noteras i ”rutan” för ”Systoliskt” rep. ”Diastoliskt” BT
    - Övriga 2 mätningar skrivs i löpande text
    - Puls noteras i avsedd ruta för ”Puls”
      - Notera om pulsen var regelbunden. Om oregelbunden rådgör med MSK.

# Uppföljning

## Ordinerad BT-kontroll

- Boka vidare enligt nedanstående tabell (**OBS pat måste må bra**)
- Återkoppla mätvärden till läkare
  - Gör admin bokning hos ansvarig läkare och hänvisa till journalnotat
    - Oklarheter/"vitarocken": Skriv tydlig i journalnotatet
  - **OBS.** Om BT är >180/110, eller vid symtom på högt BT/pat mår inte bra
    - Förbered med EKG samt U-sticka (enligt tabellen nedan)
    - Om ordinerande läkare har admin, rådgör med denna, annars tillkalla jourläkare

## Kontroll på patients initiativ

- Boka vidare enligt nedanstående tabell (**OBS pat måste må bra**)
- **Meddela MSK/läkare vb om BT är >180/110**, eller vid symtom på högt BT/pat mår inte bra
- För blodtryck markerade med \* i tabellen nedan:
  - Om högt BT trots 3 mätningar: Rådgör med Ranju/Hege eller be pat ringa tidsbokningen (**OBS pat måste må bra**).

**OBS** Uppföljning för värden markerade med \* gäller **ENDAST** om patienten mår bra

Blodtryck (mmHg)	Antal mättillfällen	Mätperiod	Åtgärd
*140-159/90-99	3	3 månader	USK/DSK
*160-179/100-109	3	4-6 veckor	USK/DSK
180-199/110-119			Meddela MSK/Läkare
≥ 200/120			Meddela MSK/Läkare - U-sticka - EKG