

# UNIT 4

## Medicatie

## HOOFDSTUK 4

## Bloeddrukcontrole



Dit project werd gefinancierd met de steun van de Europese Commissie. De verantwoordelijkheid voor deze publicatie ligt uitsluitend bij de auteur; de Commissie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor het gebruik van de informatie die erin is vervat.

Projectnummer: 543336-LLP-1-2013-1-DE-KA2-KA2MP  
Agreement: 2013-4182/001 – 001



## HOOFDSTUK 4: BLOEDDRUKCONTROLE

### 1 Dialoog



Mevrouw Vannieuwenhuyse heeft een verhoogde bloeddruk. Haar bloeddruk moet dus goed worden bijgehouden. De verpleegster meet haar bloeddruk 2x per dag en noteert de resultaten in het zorgdossier.



Klik [hier](#) om de video te bekijken.

Verpleegster: Goed geslapen?

Mevrouw Vannieuwenhuyse: Ja.

Verpleegster: Ik ga uw bloeddruk meten.

Mevrouw Vannieuwenhuyse: Oké.

Verpleegster: U mag uw linkerarm even voor u uitstrekken. En ik ga uw mouw een beetje oprollen, zodat ik gemakkelijker aan uw bovenarm kan.

Mevrouw Vannieuwenhuyse: Doe maar.

Verpleegster: Even de manchet bevestigen ... Zo. Spant het niet te veel?

Mevrouw Vannieuwenhuyse: Nee, het is goed zo.

Verpleegster: Oké, dan begin ik de bloeddrukmeter op te blazen. U geeft een teken als het te veel begint te spannen, hé?

Mevrouw Vannieuwenhuyse: Ja.

Verpleegster: En u mag uw voeten plat naast elkaar op de grond zetten. Als het voor u gemakkelijker is, mag u uw arm op mijn knie laten rusten.

Mevrouw Vannieuwenhuyse: Ja.

Verpleegster: Goed, even diep in en uit ademen, tot u volledig ontspannen bent!

*Even later ...*

Even kijken: 18 over 9. Dat is dus nog steeds een beetje te veel. We houden het verder in de gaten.

Mevrouw  
Vannieuwenhuysen: Komt u vanavond terug om mijn bloeddruk op te meten?

Verpleegster: Vanavond komt mijn collega van de avonddienst uw bloeddruk meten.

Mevrouw  
Vannieuwenhuysen: Om hoe laat ongeveer?

Verpleegster: Dat zal rond 18 uur zijn, voor u aan tafel gaat.

Mevrouw  
Vannieuwenhuysen: Dat is prima! Dank u.



## 2 Oefeningen

Oefening 1 Luister naar de dialoog en omcirkel het juiste antwoord.

- 1 Wat is de correcte benaming voor de band van de bloeddrukmeter die om de arm van mevrouw Vannieuwenhuyse wordt gebonden?
  - a hals
  - b manchet
  - c bloeddrukband
  
- 2 Hoe zet mevrouw Vannieuwenhuyse haar voeten op de grond?
  - a plat, uit elkaar
  - b gekruist, over elkaar
  - c plat, naast elkaar
  
- 3 Wat moet mevrouw Vannieuwenhuyse doen van verpleegster An om zich te ontspannen?
  - a haar arm op de knie van An leggen
  - b diep in- en uitademen
  - c aan iets anders denken
  
- 4 Hoe hoog is de bloeddruk van mevrouw Vannieuwenhuyse?
  - a 18 over 9
  - b 19 over 8
  - c 18 over 7
  
- 5 Om hoe laat komt de collega van An 's avonds de bloeddruk van mevrouw Vannieuwenhuyse meten?
  - a 18 uur
  - b 19 uur
  - c 20 uur



Oefening 2 Lees de tekst over de relatie tussen bloeddrukwaarden en de hartslag aandachtig.

### Hoge bloeddruk en hoge hartslag: waarover gaat het?

Een hoge bloeddruk en een hoge hartslag hebben min of meer iets met elkaar te maken. Zowel een hoge bloeddruk als een hoge hartslag kunnen heel tijdelijk optreden. Op dat moment is er niets ernstigs aan de hand. Integendeel, zij zijn op dat moment noodzakelijk om aan de noden van het lichaam te voldoen. Zo kan men na een zware inspanning een snelle of hoge hartslag hebben en ook een hoge bloeddruk om de spieren en organen van voldoende bloed te voorzien. Maar in deze gevallen gaan zowel de hoge bloeddruk als de hoge hartslag vrij vlug weer hun normale proporties aannemen van zodra men gerecupereerd is. Een pak minder onschuldig is het als ze allebei constant aanwezig zijn. Een hoge bloeddruk houdt in dat men constant een bloeddruk heeft die boven de waarden 140 over 90 is. Deze waarden worden iets soepeler genomen bij oudere mensen boven de 60, maar iets minder

soepel bij risicopatiënten met bijvoorbeeld verhoogd cholesterol en/of diabetes. Een hoge hartslag of tachycardie houdt in dat het hart meer dan 100 slagen doet per minuut. Dit kan zelfs oplopen tot 400 keer per minuut.

### Hoe staan een hoge hartslag en een hoge bloeddruk in verband met elkaar?

Een hoge hartslag en een hoge bloeddruk zijn dermate met elkaar verbonden dat men het één als oorzaak van het ander kan bestempelen. Zo kan het zijn dat een constant hoge hartslag ontstaat omdat iemand lijdt aan een hoge bloeddruk. Echter, een hoge bloeddruk is niet de enige oorzaak van een hoge hartslag. Ook problemen met de schildklier of met het hart kunnen een hoge hartslag veroorzaken. Ten slotte is stress of het overmatig nuttigen van cafeïne of alcohol ook een reden waardoor iemand een hoge hartslag kan hebben.

### Hoge hartslag en hoge bloeddruk: de gevolgen

Zowel een hoge hartslag als een hoge bloeddruk geven een aantal niet onschadelijke gevolgen voor het lichaam. Zo voelt men zich in eerste instantie kortademig, duizelig en/of ijl in het hoofd. Maar het is ook mogelijk dat er schade wordt toegebracht aan de kransslagaders, en dat er een hartaanval ontstaat. Kortom, het ganse plaatje is hevig genoeg om ernstig na te denken over hoe hier iets kan tegen ondernomen worden. Meer lichaamsbeweging zal zowel een hoge bloeddruk als een hoge hartslag ten goede komen. Daarnaast zullen de risico's op zowel een hoge bloeddruk als op een hoge hartslag verminderen als men verantwoord en gezond omgaat met de voedingsgewoontes. Minder vet en zout eten, minder alcohol drinken en stoppen met roken zijn maar enkele van de factoren die er voor zullen zorgen dat het risico op één van deze aandoeningen drastisch dalen.

*(Uit: [www.bachbloesemadvies.be](http://www.bachbloesemadvies.be))*

Omcirkel het juiste antwoord.

- 1        Waarom stijgen onze bloeddruk en hartslag na een zware inspanning?
  - a    om de spieren en organen van voldoende bloed te voorzien
  - b    om het bloed van voldoende zuurstof te voorzien
  - c    om de bloedsomloop te verbeteren
  
- 2        Wat betekent tachycardie?
  - a    een lage bloeddruk
  - b    een hoge bloeddruk
  - c    een hoge hartslag
  
- 3        Welke problemen, buiten een hoge bloeddruk, kunnen ook een hoge hartslag veroorzaken?
  - a    problemen met de bloedsomloop
  - b    problemen met de zenuwen
  - c    problemen met de schildklier of met het hart
  
- 4        Wat kunnen in eerste instantie de gevolgen zijn van zowel een hoge hartslag als een hoge bloeddruk?
  - a    kortademigheid en vermoeidheid
  - b    kortademigheid, duizeligheid en/of ijl worden in het hoofd
  - c    pijn op de borst

- 5 Wat wordt er aangeraden bij een hoge hartslag en een hoge bloeddruk?
- a meer lichaamsbeweging en een gezond voedingspatroon
  - b veel rust en ontspanning
  - c praten over stress



Oefening 3.1 De bloeddrukmeter.

Benoem de onderdelen van de bloeddrukmeter met de woorden uit het volgende kader.

het meettoestel – de manchet – de slang



1 ..... 2 ..... 3 .....

Welke bloeddrukwaarde kun je van de meter hierboven aflezen?

.....  
 .....

Welke hartslag kun je van de meter hierboven aflezen?

.....  
 .....



Oefening 3.2 De bloeddruk.

Verbind de synoniemen. Maak juiste combinaties.

hoge bloeddruk	diastolische druk
lage bloeddruk	pols(slag)
bovendruk	hypotensie
onderdruk	systolische druk
hartslag	hypertensie

Vul de gaten in met de substantieven uit het volgende kader.

hartslag – onderdruk – manchet – bloeddruk (2x) – hypotensie – bovendruk – hypertensie

- Josée lijdt aan diabetes. Hierdoor heeft zij al jaren een ..... van 155 over 90.  
Zij heeft een verhoogde bloeddruk of .....
- Met de bloeddrukmeter worden twee bloeddrukwaarden gemeten: de ..... of systolische druk en de ..... of diastolische druk.
- Mariëtte heeft een hoge ..... van wel 130 slagen per minuut.
- De verpleegster doet een ..... rond te bovenarm van François om zijn bloeddruk te meten.
- Als je vaak flauwvalt, heb je waarschijnlijk last van een te lage ..... of .....

Vul de gaten in met de verba uit het kader. Vervoeg waar nodig.

opblazen – in- en uitademen – spannen – flauwvallen – meten

- Meneer Anciaux voelt zich duizelig. Alles draait voor zijn ogen en hij heeft het gevoel dat hij gaat .....
- Verpleegster An gaat zijn bloeddruk ..... om te controleren of die misschien te laag is.

- 3 Ze bindt de manchet rond zijn bovenarm en vraagt hem om te ontspannen en om diep ..... te .....
- 4 De bloeddrukmeter begint ..... te .....
- 5 Als het te hard ....., moet meneer Anciaux de verpleegster waarschuwen.



#### Oefening 4 Het gebruik van het passief.

##### HET GEBRUIK VAN HET PASSIEF

GEBRUIK	VORMING	VOORBEELD
Als het niet duidelijk is of niet belangrijk is WIE iets heeft gedaan.	PRESENS	wordt/worden + participium <i>Mijn bloeddruk <u>wordt gemeten</u>.</i>
	IMPERFECTUM	werd/werden + participium <i>Mijn bloeddruk <u>werd gemeten</u>.</i>
	PERFECTUM	ben/bent/is/zijn + participium <i>Mijn bloeddruk <u>is gemeten</u>.</i>

##### VAN ACTIEF NAAR PASSIEF

ACTIEVE ZIN	VORMING	VOORBEELD
MET BEPAALD DIRECT OBJECT	Het <b>bepaald direct object</b> in de actieve zin wordt het subject in de passieve zin.	<i>ACTIEF: <u>De dokter</u> onderzoekt <u>de patiënt</u>.</i>
	Het <b>subject</b> in de actieve zin wordt het handelend voorwerp in de passieve zin en komt achteraan: DOOR + handelend voorwerp.	<i>PASSIEF: <u>De patiënt</u> wordt onderzocht door <u>de dokter</u>.</i>
MET ONBEPAALD DIRECT OBJECT	Het <b>onbepaald direct object</b> in de actieve zin wordt ER + subject in de passieve zin.	<i>ACTIEF: Ze organiseren <u>een activiteit</u></i>
	Het <b>subject</b> van de actieve zin valt weg in de passieve zin.	<i>PASSIEF: <u>Er</u> wordt <u>een activiteit</u> georganiseerd.</i>
ZONDER DIRECT OBJECT	Als er geen direct object in de actieve zin staat, wordt <b>ER</b> het subject in de passieve zin.	<i>ACTIEF: Ze praten <u>de hele dag</u>.</i>
	Het subject van de actieve zin valt weg in de passieve zin.	<i>PASSIEF: <u>Er</u> wordt <u>de hele dag</u> gepraat.</i>



Beantwoord de vragen over de dialoog in het presens. Gebruik in je antwoord een passiefconstructie. Gebruik ER als het nodig is.

- 1 Wat komt de verpleegster doen bij mevrouw Vannieuwenhuysse?

.....  
.....

- 2 Wat doet de verpleegster met de mouw van mevrouw Vannieuwenhuysse?

.....  
.....

- 3 Wat bevestigt de verpleegster rond de bovenarm van mevrouw Vannieuwenhuysse?

.....  
.....

- 4 Wat gebeurt er met de bloeddrukmeter?

.....  
.....

- 5 Wie meet er 's avonds de bloeddruk van mevrouw Vannieuwenhuysse?

.....  
.....

Maak de zinnen passief. Gebruik ER als het nodig is. Let op de tijd van het verbum!

- 1 Verpleegster An heeft gisteren de bloeddruk van meneer Anciaux gemeten.

.....  
.....

- 2 Ze schreef de bloeddrukwaarden in het zorgdossier.

.....  
.....

- 3 De dokter zal meneer Anciaux opvolgen.

.....  
.....

4 Men stelde ook een hoge hartslag vast.

.....  
 .....

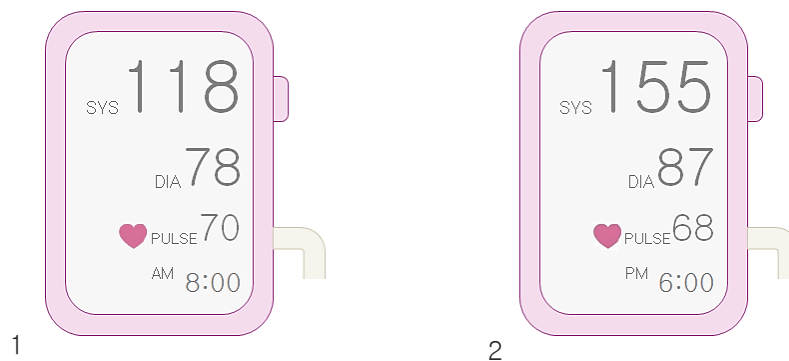
5 De bloeddrukmeter meet de bovendruk en de onderdruk.

.....  
 .....



Oefening 5      Zorgfiche: het bloeddrukdagboek

Situatie: Het is vandaag 29 oktober 2015. Je hebt om 8 uur 's morgens de bloeddruk van meneer Anciaux gecontroleerd. Gisteren heb je zijn bloeddruk om 18 uur 's avonds gemeten. Vul het bloeddrukdagboek in het zorgdossier aan. Omschrijf of dit verder moet worden opgevolgd, of de resultaten verontrustend of normaal zijn etc.



Bloeddrukdagboek in het zorgdossier

METING	DATUM	UUR	BOVENDRUK	ONDERDRUK	POLS
1	28/10/2016	.....	.....	.....	.....
2	29/10/2016	.....	.....	.....	.....

Opmerkingen over de bloeddruk:

1 Gisteren

.....  
 .....

2 Vandaag

.....  
.....

3 Zijn bloeddruk is ...

.....  
.....

4 Zijn hartslag is ...

.....  
.....



---

Oefening 6      Het bloeddrukdagboek.

---

Situatie: Je bent verpleger in een zorgcentrum. Bewoner Jean Delcroix heeft hartsteken en een piep in zijn oren. Hij slaapt slecht en hij kan moeilijk naar het toilet. Je meet zijn bloeddruk en belt daarna naar de dokter om te vragen wat Jean moet doen. Gebruik zoveel mogelijk passieve constructies en vermeld zeker:

- 1 Je bezorgdheid
- 2 Zijn klachten (steken, piep, slapen, stoelgang)
- 3 Zijn bloeddruk (160/90)
- 4 Zijn hartslag (100)
- 5 Je vraagt wat je moet doen

### 3 Eindtest

Vul de gaten in. Gebruik woorden uit de woordenlijst of het passief van het verbum dat tussen haakjes staat.

- 1 De bloeddruk (meten) ..... met een bloeddrukmeter.
- 2 Een bloeddrukmeter bestaat uit een ....., een ..... en een .....
- 3 Bij hypertensie heb je een ..... bloeddruk en bij ..... heb je een verlaagde bloeddruk.
- 4 De bovendruk of ..... druk en de onderdruk of ..... druk geven de ..... weer.
- 5 Als de bloeddrukmeter (opblazen) ....., kan hij spannen.

## 4 Woordenschat

### 4.1 Substantieven



artikel	woord	betekenis/synoniem	vertaling	meervoudsvorm van het S	extra informatie
de	bloeddruk	de druk die door het bloed op de wand van de bloedvaten wordt uitgeoefend		de bloeddrukken	<i>Mijn moeder neemt pillen tegen een hoge bloeddruk.</i>
de	bloeddrukmeter	een instrument om de bloeddruk te meten		de bloeddrukmeters	<i>Met een bloeddrukmeter kan je de bovendruk en onderdruk meten.</i>
de	bloeddrukwaarde	de bovendruk en onderdruk van je bloed, uitgedrukt in mmHg		de bloeddrukwaarden / bloeddrukwaardes	<i>Mijn bloeddrukwaarde is 140 over 80.</i>
het	bloedvat	een buis in je lichaam waardoor je bloed stroomt / de ader		de bloedvaten	<i>Het bloed stroomt via de bloedvaten door heel je lichaam.</i>
de	bovendruk	de druk waarmee het bloed in de bloedvaten wordt gepompt door het hart / de systolische druk		-	<i>Ik heb een bovendruk van 140 mmHg.</i>
de	onderdruk	de druk in de bloedvaten als het hart zich ontspant en weer vult met bloed / de diastolische druk		-	<i>Ik heb een onderdruk van 80 mmHg.</i>
de	hypertensie	als je een hoge bloeddruk hebt		-	<i>Als je bloeddruk te hoog is, heb je hypertensie.</i>
de	hypotensie	als je een lage bloeddruk hebt		-	<i>Als je bloeddruk te laag is, heb je hypotensie.</i>
de	manchet	een band die je rond de bovenarm of pols bindt om de bloeddruk te meten		de manchetten	<i>Stroop je mouw eens op, dan kan ik de manchet errond binden.</i>

## 4.2 Adjectieven

woord	betekenis/synoniem	vertaling	verbogen vorm van het A	extra informatie
verhoogd	hoger		verhoogde	<i>Ik heb hypertensie: ik heb een verhoogde bloeddruk.</i>
verlaagd	lager		verlaagde	<i>Ik heb hypotensie: ik heb een verlaagde bloeddruk.</i>
ontspannen	in rust en evenwicht		-	<i>Ik was volledig ontspannen na het bezoek van de kinesist.</i>

## 4.3 Verba

woord	betekenis/synoniem	vertaling	stam	imperfectum	perfectum	extra informatie
flauwvallen	het bewustzijn verliezen		val flauw	viel flauw	is flauwgevallen	<i>Het werd zwart voor zijn ogen: hij viel flauw.</i>
inademen	lucht in de longen zuigen		adem in	ademde in	heeft ingeademd	<i>Als je te weinig zuurstof hebt, moet je goed inademen.</i>
uitademen	lucht uit de longen laten gaan		adem uit	ademde uit	heeft uitgedemd	<i>Als je hebt ingeademd, moet je ook weer uitademen.</i>
meten	de waarde van iets bepalen		meet	mat	heeft gemeten	<i>Ik heb mijn bloeddruk gemeten: nu weet ik mijn bloeddrukwaarden.</i>
opblazen	oppompen		blaas op	blies op	heeft opgeblazen	<i>Als de bloeddrukmeter wordt opgeblazen, spant de manchet aan.</i>
spannen	als iets te strak zit / knellen		span	spande	heeft gespannen	<i>Je hebt de manchet te veel aangespannen, hij zit te strak!</i>
bijhouden	zorgen dat de gegevens volledig zijn		houd bij	hield bij	heeft bijgehouden	<i>Je moet alle medische informatie van de patiënt in zijn zorgdossier bijhouden.</i>
in de gaten houden	iets of iemand observeren		hou(d) in de gaten	hield in de gaten	heeft in de gaten gehouden	<i>Houd de toestand van je patiënt goed in de gaten!</i>

bevestigen	aanbrengen of vastmaken / de waarheid aangeven		bevestig	bevestigde	heeft bevestigd	<i>Ik heb een nieuw verband bevestigd rond de arm van de patiënt.</i>
------------	---	--	----------	------------	-----------------	---