

Richtig Blutdruck messen

Der Patient sitzt vor der Messung mindestens 5 Minuten bequem angelehnt in einem ruhigen warmen Raum. Störungen, Gespräche, Harndrang sind zu vermeiden. Belastende Untersuchungen oder Blutentnahmen sollten nicht unmittelbar bevorstehen. Eine zuverlässige Messung verlangt zudem den Verzicht auf Nikotin, Kaffee, Alkohol und Sport in der Stunde zuvor.

Der entkleidete Arm des Patienten liegt leicht gebeugt auf einer bequemen Unterlage in Herzhöhe auf. Die Manschette wird so gewählt, dass der Cuff der Manschette 80% der Zirkumferenz des Oberarms umfasst, und eng anliegend am Oberarm befestigt, wobei das untere Ende der Manschette 2,5 cm bis zur Ellenbeuge frei lässt, wo das Stethoskop über der Arteria brachialis leicht aufgedrückt wird.

Die Manschette wird zügig unter Palpation des Radialispulses bis auf 20-30 mmHg über das Verschwinden des Pulses aufgeblasen. Anschließend wird der Druck um 2mmHg/s abgelassen. Das Manometer wird exakt abgelesen beim Auftreten und Verschwinden der Korotkoff-Geräusche. Diese Werte werden als systolischer und diastolischer Druck unverzüglich dokumentiert, auf 2 mmHg genau. Danach folgt eine Messung am anderen Arm.

Quelle: Hochdruckliga/Dt. Ärzteblatt, Zusammenfassung für die Praxis von Dr. C. Hofinger

Richtig Blutzucker messen

Finger vor der Blutentnahme bewegen oder leicht massieren, Hände mit warmem Wasser und Seife waschen. Gut abtrocknen - Wasser kann den Blutstropfen verdünnen und die Messung verfälschen. Desinfektion ist nicht erforderlich; soll sie durchgeführt werden, ist auf vollständiges Abtrocknen des Alkohols zu achten.

Die Punktion erfolgt an der Seite der Fingerbeere; dort ist das Schmerzempfinden geringer. Daumen und Zeigefinger sollten geschont werden. Die Fingerbeere soll nach dem Stechen möglichst nicht massiert oder ausgepresst werden. Dabei tritt Lymphe aus und verfälscht das Ergebnis.

Beachten Sie das Verfallsdatum und die richtige Codierung der Teststreifen.

Quelle: Diabetes-Journal, DDG etc., Zusammenfassung für die Praxis von Dr. C. Hofinger

Richtig Blut abnehmen

- Stauung > 1 min. verfälscht Enzym-, Lipid-, Elektrolytwerte
- Kein „Pumpen“: Krafteinsatz/Faustschluss verfälscht Elektrolyte
- nach Desinfektion nur sicher abgetrocknete Haut punktieren
- Röhrchen ohne Zusätze zuerst (vermeidet Kontamination)
- erstes Röhrchen enthält Lymphe → kann Gerinnungskontrolle verfälschen

Quelle: Empfehlungen verschiedener Universitätslabore

Richtig i.m. - Spritzen

Punktionsstelle:

- *ventroglutäal*
 - ab 2 ml
 - immer bei öligen Lösungen
- *vastolateral*
 - bei Säuglingen
 - als Ausweichstelle für Impfungen
- *deltoideolateral*
 - bis 2 ml
 - Wahl für Impfungen (STIKO!)

Ablauf:

- Händedesinfektion
- Hautdesinfektion
- Handschuhe anziehen
- Aufziehen (falls erforderlich) mit separater Nadel
- keine Entlüftung
- Haut bzw. Muskel nicht anheben
- Punktion
- Aspiration
- langsame Injektion
- Abwischen mit Tupfer ohne hohen Druck
- Pflaster
- Kanülenentsorgung

Quelle: Injektionskurse verschiedener Universitäten, Pflegestandard, Zusammenfassung für die Praxis von Dr. C. Hofinger

Richtig EKG anlegen

Brustwandelektroden: Lage wird allein durch Interkostalräume (ertasten) festgelegt:

- V1: 4. ICR rechts parasternal
- V2: 4. ICR links parasternal
- V3: mittig zwischen V2 und V4
- V4: 5. ICR in der Medioklavikularlinie
- V5: auf einer Horizontalen mit V4 in der vorderen Axillarlinie
- V6: auf einer Horizontalen mit V4 in der mittleren Axillarlinie

Nach durchgängiger Lehrbuchmeinung werden die Elektroden bei Frauen auf, nicht unter, die Brust aufgesetzt, sofern dies zur korrekten Positionierung nach o.g. Vorgaben erforderlich ist.