Dr. med. Susan Biering
Ärztin und Medical Writer · Dresden

Eine Seite, sechs Fundstellen.
Jede mit Begründung.

Dieselbe Patienteninformation nach der Prüfung, wie sie im Word-Änderungsmodus zurückkommt: medizinischer Faktencheck gegen die Leitlinien und Verständlichkeitsprüfung in getrennten Durchgängen.

~~gestrichen~~
eingefügt
1 Kommentar mit Begründung

PATIENTENINFORMATION · NACHHER — ÄNDERUNGSMODUS

Blutdruck zu Hause selbst messen

Bluthochdruck (Hypertonie) verläuft über Jahre hinweg meist ohne Beschwerden. Umso wichtiger ist die regelmäßige Selbstmessung zu Hause. 1 ~~Studien zeigen, dass die Selbstmessung das Risiko für Herz-Kreislauf-Ereignisse um 20 Prozent senkt.~~ Wer zu Hause regelmäßig misst, erreicht im Durchschnitt eine bessere Blutdruckeinstellung.

Ab welchem Wert spricht man von Bluthochdruck?

Ein Blutdruck gilt ab 140/90 mmHg als erhöht. 2 ~~Bei der Selbstmessung zu Hause gelten dieselben Grenzwerte wie in der Arztpraxis.~~ Zu Hause liegen die Grenzwerte niedriger: Dort gilt ein Blutdruck ab 135/85 mmHg als erhöht.

So messen Sie richtig

Legen Sie die Manschette am unbekleideten Oberarm an, etwa zwei Zentimeter oberhalb der Ellenbeuge. 3 ~~Vor der Messung sollte eine Ruhephase eingehalten werden.~~ Setzen Sie sich vor der Messung fünf Minuten ruhig hin. 4 ~~Die Messung wird zweimal im Abstand von einer Minute durchgeführt, und der Mittelwert wird notiert.~~ Messen Sie zweimal im Abstand von einer Minute und notieren Sie den Mittelwert.

Was tun bei erhöhten Werten?

5 ~~Bei stark erhöhten Werten wird die Medikation angepasst.~~ Über eine Anpassung Ihrer Medikamente entscheidet Ihre Ärztin oder Ihr Arzt. Ändern Sie die Dosis nie selbst. Die Werte sollten in einem Blutdruckpass dokumentiert werden. 6 ~~Auffällige Werte sind mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt zu besprechen.~~ Wenn Sie an mehreren Tagen Werte über 135/85 mmHg messen, besprechen Sie das mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt. Bei Werten über 180/120 mmHg oder bei Beschwerden wie Luftnot, Sehstörungen oder starken Kopfschmerzen suchen Sie umgehend ärztliche Hilfe.

1 FAKTENCHECK
Die 20 Prozent sind so nicht belegt. Gesichert ist ein Effekt auf die Blutdruckeinstellung, nicht auf harte Endpunkte in dieser Größenordnung. Unabhängig davon ist eine relative Angabe ohne Ausgangsrisiko für Laien nicht einzuordnen.

2 FAKTENCHECK
Die Grenzwerte unterscheiden sich. Die Nationale VersorgungsLeitlinie nennt 140/90 mmHg für die Praxismessung und 135/85 mmHg für die Selbstmessung, weil der Blutdruck in der Praxis situationsbedingt höher ausfällt. Mit dem Praxiswert zu Hause zu messen, lässt einen behandlungsbedürftigen Blutdruck unentdeckt.

3 VERSTÄNDLICHKEIT
Ohne Zeitangabe ist die Anweisung nicht ausführbar. Fünf Minuten sind der in den Leitlinien genannte Richtwert.

4 VERSTÄNDLICHKEIT
In einer Handlungsanweisung gehören die Lesenden ins Subjekt. Im Passiv liest sich der Satz wie die Beschreibung eines fremden Ablaufs.

5 FAKTENCHECK · SICHERHEIT
Der Satz beschreibt eine Entscheidung, ohne zu sagen, wer sie trifft. In einem Patiententext kann das als Aufforderung zur Selbstdosierung gelesen werden. Eigenmächtig angepasste Blutdruckmedikamente sind ein realer Schaden, deshalb die ausdrückliche Klarstellung.

6 VERSTÄNDLICHKEIT
„Auffällig“ überlässt die Beurteilung denen, die den Text genau dafür brauchen. Eine Handlungsschwelle mit Zahl und die Warnzeichen für den Notfall machen den Absatz nutzbar.

Demonstrationstext: Der Ausgangstext ist eigens für diese Arbeitsprobe geschrieben und stammt aus keinem Kundenprojekt. Die Korrekturen sind fachlich belastbar.

kontakt@susanbiering.de
Word-Fassung auf Anfrage