



Hypertensie Protocol

A

NAUWKEURIGE BLOEDDRUK METING

MEET DE BLOEDDRUK BIJ ELK BEZOEK BIJ ALLE VOLWASSENEN



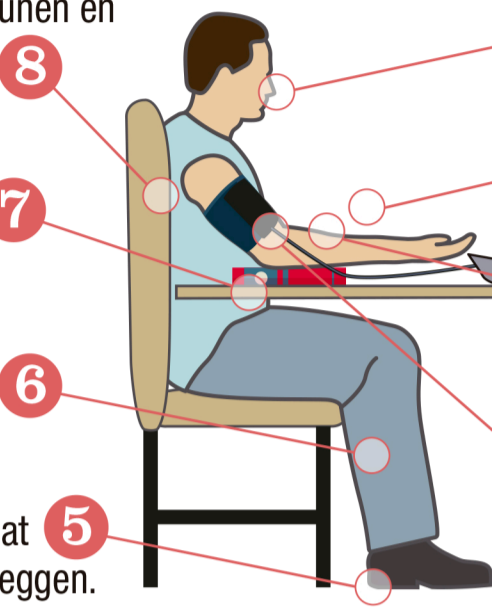
Gebruik gevalideerde digitale bloeddruk meters

Rug ondersteunen en rechthouden

Eerst de urineblaas ledigen

Benen niet gekruist houden

De voeten plat op de vloer leggen.



1 Praat niet tijdens de meting

2 Ondersteun de arm op harthoogte

3 Plaats het manchet op de blote bovenarm

4 Kies de juiste manchetafmeting

B

CARDIOVASCULAIR RISICO

BEPAAAL HET RISICO OP HART- EN VAATZIEKTEN EN GEEF ADVIEZEN OM DIT RISICO TE VERLAGEN

CARDIOVASCULAIR RISICO CALCULATOR

Gebruik de HEARTS App om uw cardiovasculaire risico te beoordelen



Scan de code voor toegang tot de cardiovasculaire risico calculator



Deze App vervangt het klinisch oordeelvermogen niet.

C

BEHANDELINGSPROTOCOL

START DE BEHANDELING ONMIDDELLIJK NA BEVESTIGING VAN HYPERTENSIE

Bloeddruk RR $\geq 140/90$ mmHg zonder co-morbiditeit

(Bevestigde hart- en vaatziekten, diabetes, chronische nierziekte, risicoscore $\geq 10\%$)

Cardiovasculair risico	Alle typen Hypertensie	HOOG-RISICO Hypertensie	
		MET vastgestelde hart- en vaatziekten	ZONDER vastgestelde hart- en vaatziekten
STREEFBLOEDDRUK $<140/90$ mmHg	✓		
STREEFBLOEDDRUK $<130/80$ mmHg		✓	✓
ASPIRINE 80 mg/dag of CARBASALAATCALCIUM 100 mg/dag		✓	
Lage dosis statines: SIMVASTATINE 20mg/dag			✓
Hoge dosis statines: SIMVASTATINE 40mg/dag		✓	



Vermijd het gebruik van alcohol



Streef naar een body mass index tussen 18.5 en 24.9



Vermijd voedsel met veel natrium

1

Start Dosis

Losartan 50mg + Amlodipine 5mg

2 WEKEN

2

Streefbloeddruk niet behaald

Losartan 100mg + Amlodipine 10mg

2 WEKEN

3

Streefbloeddruk niet behaald

Losartan 100mg + Amlodipine 10mg + HCTZ 12,5mg

2 WEKEN

4

Streefbloeddruk niet behaald

Losartan 100mg + Amlodipine 10mg + HCTZ 25mg

2 WEKEN

Streefbloeddruk niet behaald:
Verwijzing naar de tweedelij



30 minuten lichaamsbeweging gedurende 5 dagen per week



Gezond dieet



Niet Roken

Patiënten onder behandeling	Minimaal 1-MAAND check-up	Minimaal 3-MAANDEN check-up	Medicijnen voorschrijven voor 3 MAANDEN	Vaccinaties		
				Influenza	Pneumokokken	COVID-19
Alle typen Hypertensie		✓	✓			✓
HOOG-RISICO Hypertensie	✓		✓	✓	✓	✓



BEORDEEL DE ADHERENCE EN PSYCHOSOCIALE ASPECTEN BIJ ELK BEZOEK

NEEM ELKE DAG ALLE MEDICIJNEN OP HETZELFDE TIJDSTIP IN

Dit protocol is NIET GESCHIKT voor ZWANGERE VROUWEN