

## Wat betekent de waarde van de cijfers in een bloeddruk?

Nu we allemaal begrijpen wat de cijfers betekenen is het natuurlijk ook handig om te weten wat de waarde ervan betekent. In de eerste kolom wordt de systolische druk weergegeven (druk bij kloppen van het hart), in de tweede kolom de diastolische druk (druk bij hart in rust) en in de derde kolom de uitleg aangaande de betreffende waardes.

Systolische druk	Diastolische druk	Betekenis
Meer dan 140 Hg	Meer dan 90 mm Hg	[B]Veel te hoge bloeddruk met als oorzaak onder andere diabetes, nierziektes en alcoholmisbruik. Als gevolg verschillende hart- en vaatziekten.
Minder dan 140 Hg	Minder dan 90 Hg	Een normale bloeddruk, deze kan tijdens zware inspanningen echter tijdelijk verhogen zonder gevolgen.
Minder dan 120 Hg	Minder dan 80 Hg	Een perfecte bloeddruk zonder meer, deze kan tijdens zware inspanningen echter tijdelijk verhogen zonder gevolgen.
Ongeveer 90 Hg	Ongeveer 60 Hg	Hoewel het persoonsgebonden is kan men in de meeste gevallen spreken van een te lage bloeddruk. Het is echter niet gevaarlijk voor de gezondheid maar dient wel verholpen te worden door bijvoorbeeld meer zout te eten.
Minder dan 90 Hg	Minder dan 60 Hg	Levensbedreigend lage bloeddruk. Oorzaken zijn infecties, bloedverlies en een zware shock.