

Vergleichen Sie Ihre Blutdruckwerte mit den vorgegebenen **WHO-Messwerten**:

Klassifikation des Blutdrucks	systolischer Wert (in mm Hg)	diastolischer Wert (in mm Hg)
optimal	< 120	< 80
normal	< 130	< 85
hoch normal	130 – 139	85 – 89
Bluthochdruck Stufe 1	140 – 159	90 – 99
Bluthochdruck Stufe 2	160 – 179	100 – 109
Bluthochdruck Stufe 3	< 180	< 110