

Fremgangsmåde og resultater

Hver persons blodtryk i hvile skal måles tre gange. Det gøres i serie, så alle i gruppen måles en gang, hvorefter alle igen måles en gang osv.

Blodtrykket måles (se vejledningen for de forskellige typer af blodtryksapparater). Vær opmærksom på at målingen foretages korrekt, det vil sige siddende, i hvile og på venstre arm i højde med hjertet. Resultaterne noteres løbende i tabel 1 nedenfor.

Udregn/fastlæg blodtrykket i hvile for hver person; typisk som et gennemsnit af de tre målinger, se tabel 1. Men vurder også om nogle af målingerne er utroværdige fx pga. forstyrrelser, eller fordi forsøgspersonen ikke har været i hvile. Sådanne målinger udelades i udregningen.

Navn	Systolisk	Diastolisk	Puls
Victor	106,33	62	74,66
Jonas	95	63	78,33
Thomas	134.66	77.33	64.66
Haroon	112,66	72	65

Navn	Blodtryk (hvil)	Påvirkning	Blodtryk (under påvirkning)	Noter
Victor	106.33	Englehop	131	Han spiller for meget league
Jonas	95	Stå op	Ikke rigtigt	Spiller league
Thomas	134	Lig ned	131	Idk han er dum
Haroon	112	Lig ned	129	

Diskussion

1. Vurder resultaterne for blodtryk i hvile (tabel 1) ud fra en sundhedsmæssig betragtning (inddrag 1)
 - a. Der er stor variation i resultaterne, hvor de fleste ligger inden for det normale blodtryk, undtagen Jonas som er under, dog er Thomas tæt på at være over
2. Diskutér hvilke fejlkilder der eventuelt kan have indvirket på resultaterne i tabel 1 (typisk vil nogle af forsøgspersonerne få målt et for højt blodtryk uden faktisk at have det).
 - a. At folk ikke var helt afslappet og at målingerne er blevet taget lige efter hindanen
3. Redegør for de forskellige resultater, hvor I har forsøgt at påvirke blodtrykket. Det vil sige, hvordan har I udført de forskellige tests, og hvad viser resultaterne?

Blodtrykket bliver højere ved fysisk aktivitet, og lavere ved afslapning

4. Forsøg at give en fysiologisk forklaring på de fremkomne resultater.
 - a. Under fysisk aktivitet kræver musklerne mere ilt og derfor skal hjertet pumpe mere og hårdere, det gør at blodtrykket og pulsen går op, det kan man se ved

Victors resultater ved fysisk aktivitet, og Thomas hvor han ikke dyrker fysisk aktivitet og er i hvile tilstand, han behøver heller ikke kæmpe mod tyngdekraften

5. 5. Forklar også hvorfor blodtrykket normalt stiger med alderen.

Fordi kroppen bliver mere slidt, og derfor ikke køre lige så godt og optimalt

6. 6. Hvilken risiko er der ved at have et for højt blodtryk, og hvordan kan man forebygge det?

Der kan komme åreforkalkning, Dermed kan der også komme blodprop i hjertet osv.

Konklusion

At denne gruppe var unge individer som ikke har sundhedsproblemer med hjertet, så alle resultater ligger indenfor normen, og at dem der dyrker mere fysisk aktivitet, har en lavere hvilepuls og et højere blodtryk

mere præcist!
HVAD bliver
slidt og
nærfør
resultater
delt i
højere
blodtryk
?

I har nogle metodemæssige problemer, og jeres journal er meget kaffet og overflodisk, hvilket gør den svær at bruge til en eksamen, jeg vil råde jer til at rette den til.