

Wenn sich das Herz in der Systole kontrahiert, pumpt es ruckartig und mit viel Druck Blut in die Aorta. Dadurch wird eine Pulswelle erzeugt, die das Blut weitertreibt in die peripheren Gefäße. Diese Pulswelle kann als Puls an oberflächlichen Arterien getastet werden.

Einen Puls kann überall dort getastet werden, wo eine Arterie dicht unter der Haut verläuft. Am häufigsten wird der Puls am Handgelenk gemessen (Radialispuls). Manchmal gibt es Gründe, an einer anderen Stelle als am Handgelenk den Puls zu messen, z.B. wenn die Durchblutung der Beine beurteilt werden soll.

Tab. Physiologische Pulsfrequenzen in unterschiedlichen Altersgruppen.

Alter	Pulsfrequenz
Neugeborene	_____
Kinder	_____
2 Jahre	_____
4 Jahre	_____
10 Jahre	_____
14 Jahre	_____
Erwachsene	_____
Männer	_____
Frauen	_____
ältere Menschen	_____



ARBEITSAUFTRAG

- 1 Welche 3 Beobachtungskriterien für den Puls gibt es?
- 2 Ergänzen Sie in der Tabelle die physiologischen Pulsfrequenzen in den unterschiedlichen Altersgruppen.
- 3 In aller Regel wird der Puls am Handgelenk gemessen. Es gibt aber auch noch andere Messorte.
 - a. Welche sind das? Ergänzen Sie die Abbildung.
 - b. Es gibt Gründe, an einer anderen Stelle als am Handgelenk den Puls zu messen. Informieren Sie sich darüber.
- 4 Suchen Sie sich einen Partner und ertasten Sie bei diesem den Messpunkt am Handgelenk. Zählen Sie die Pulsschläge über eine Minute. Das Zählen beginnt mit der Registrierung des ersten Pulsschlages in der vorgesehenen Messzeit als „Eins“. Notieren Sie das Ergebnis und wechseln Sie.

Pulsmessorte.

