VITALZEICHEN & BEOBACHTUNG

Vitalzeichen bei Erwachsenen: Normwerte und Fachbegriffe

FACHLICH GEPRÜFT 16.11.2026

> MERKE
> Die Atemfrequenz wird oft vergessen, ist aber ein frühes Warnzeichen. Zähle sie möglichst unauffällig, sonst verändert der Mensch seine Atmung.

Kurz zusammengefasst

- Puls in Ruhe meist 60–100 pro Minute.
- Atmung in Ruhe meist 12–20 pro Minute.
- SpO2 bei Gesunden in Ruhe meist über 94 %, Zielwerte legt die Ärztin oder der Arzt fest.
- Der Verlauf ist wichtiger als ein einzelner Wert.

GANZER BEITRAG · ERKLÄRUNGEN · QUELLEN

stationsfuchs.de/blog/vitalzeichen-normwerte

Kostenlos lernen ohne Anmeldung: Quiz, Laborwerte, Pflegeplanung und mehr auf stationsfuchs.de

Lernhilfe für die Ausbildung. Ersetzt keine Leitlinie, keinen Standard und keine ärztliche Anordnung.
Darf frei kopiert, gedruckt und weitergegeben werden. Nicht verändern, nicht verkaufen. © Meshor GmbH