Záznam krevního tlaku

BPlus · bloodpressuremonitor.app

Jméno _____ **Týden od** _____ **Použitá paže** ☐ **Levá** ☐ **Pravá** **Přístroj** _____

Před každým měřením: 30 minut žádný kofein, cvičení ani kouření a vyprázdněný močový měchýř. Seďte 5 minut v klidu, záda opřená, chodidla na zemi, paže ve výšce srdce. Změřte 2krát s odstupem 1 minuty, každé ráno a večer, po dobu 7 dní.

Den	Datum	Ráno			Večer			Poznámky
		Čas	Měření 1	Měření 2	Čas	Měření 1	Měření 2	
1			/ Tep	/ Tep		/ Tep	/ Tep	
2			/ Tep	/ Tep		/ Tep	/ Tep	
3			/ Tep	/ Tep		/ Tep	/ Tep	
4			/ Tep	/ Tep		/ Tep	/ Tep	
5			/ Tep	/ Tep		/ Tep	/ Tep	
6			/ Tep	/ Tep		/ Tep	/ Tep	
7			/ Tep	/ Tep		/ Tep	/ Tep	

Průměr dnů 2 až 7: _____ / _____ **mmHg**

Vezměte tento list s sebou na příští návštěvu.

Zdarma k tisku z bloodpressuremonitor.app. Raději telefon? Aplikace BPlus vaše měření zaznamená, zprůměruje a exportuje.