

HJEMMEBLODTRYKSMÅLING

hos Lægerne i Gothersgade

Navn:

Cpr-nr.:

Hjælp til hjemmeblodtryksmåling:

Målingerne udføres i siddende stilling, efter 5 minutters hvile.

Hvis der er forskel, så brug den arm, hvor blodtrykket normalt er højest.

Målingerne udføres 3 gange før morgenmaden. og 3 gange før aftensmaden.

Du bør ikke:

- ryge, drikke alkohol, kaffe, te eller cola ½ time før målingen.
- spise et større måltid 1 time før målingen.
- tale under målingen.

1. Dag – Dato:

	Inden morgenmaden			Inden aftensmaden		
Systolisk						
Diastolisk						
Puls						

2. Dag – Dato:

	Inden morgenmaden			Inden aftensmaden		
Systolisk						
Diastolisk						
Puls						

3. Dag – Dato:

	Inden morgenmaden			Inden aftensmaden		
Systolisk						
Diastolisk						
Puls						

Ny tid _____