

Hjemmeblodtryksmåling.

Navn: _____ **Cpr. nummer:** _____ - _____

Dato: ___/___	Morgenblodtryk Systolisk/diastolisk	puls	Aftenblodtryk Systolisk/diastolisk	puls
1.måling	/		/	
2. måling	/		/	
3.måling	/		/	

Dato: ___/___	Morgenblodtryk Systolisk/diastolisk	puls	Aftenblodtryk Systolisk/diastolisk	puls
1.måling	/		/	
2. måling	/		/	
3.måling	/		/	

Dato: ___/___	Morgenblodtryk Systolisk/diastolisk	puls	Aftenblodtryk Systolisk/diastolisk	puls
1.måling	/		/	
2. måling	/		/	
3.måling	/		/	

- Du skal måle dit blodtryk 3 på hinanden følgende dage. det skal måles 2 gange dagligt. Der skal udføres 3 målinger hver gang, med mindst 2 minutters mellemrum.
- Målingerne foretages inden morgenmaden og inden aftensmaden.
- slap af 5 minutter siddende - inden måling.
- Hvis du er ryger må du ikke ryge de sidste 30 minutter før måling.
- Sid afslappet uden korslagte ben i en god stol, med apparatet ved siden af, på et bord.
- Du må ikke tale eller bevæge dig under målingerne.
- placer manchetten på overarmen - pas på den ikke monteres for stramt.
- Resultatet noteres i skemaet og afleveres til læge/personale i klinikken.

