Diario della pressione: 7 giorni prima della visita

Nome: _____ Braccio: ○ sinistro ○ destro Misuratore: _____ Farmaci e orari di assunzione: _____

Giorno	Data	☀ Mattina							☾ Sera							Note
		Ora	Misurazione 1			Misurazione 2			Ora	Misurazione 1			Misurazione 2			
			Massima	Minima	Battito	Massima	Minima	Battito		Massima	Minima	Battito	Massima	Minima	Battito	
1 il giorno 1 non conta																
2																
3																
4																
5																
6																
7																

Media dei giorni 2–7

_____ / _____ ♥ _____

Limite per l'ipertensione a casa: 135/85 (ESH) · 130/80 (AHA/ACC)

Come misurare

- Niente caffè, fumo o attività fisica per 30 minuti
- Svuota la vescica, poi riposa 5 minuti a sedere
- Schiena appoggiata, piedi a terra, gambe non accavallate
- Bracciale sul braccio nudo, all'altezza del cuore
- Non parlare; fai le misurazioni a 1–2 minuti di distanza
- Mattina: prima di colazione e pastiglie. Sera: prima di cena o di dormire

Solo a scopo informativo. Parla dei tuoi valori con il medico.

Modello gratuito di sanjardev.uz · Pressio, diario della pressione per iPhone e Android

Diario della pressione: un mese

Mese:

Giorno	Data	☀ Mattina				☾ Sera				Note
		Ora	Massima	Minima	Battito	Ora	Massima	Minima	Battito	
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										
31										

Solo a scopo informativo. Parla dei tuoi valori con il medico.

Modello gratuito di sanjardev.uz · Pressio, diario della pressione per iPhone e Android