

Dzienniczek pomiarów ciśnienia krwi



Nazwisko: _____

Zapewnić
podparcie
pleców



Dopasować mankieta do obwodu
ramienia (mały, normalny, duży)
Zsunąć odzież z przedramienia i ułożyć
na stole, środkowa część ramienia na
wysokości serca

Zwalidowane
elektroniczne urządzenie
do pomiaru ciśnienia w
obrębie ramienia

Stopy płasko na
podłodze



Zakaz palenia, picia kawy,
jedzenia i uprawiania
sportu 30 minut wcześniej



Spokojne otoczenie



Przyjemna temperatura



5 minut odpoczynku przed
pomiarom



Nie należy rozmawiać podczas
pomiarów i pomiędzy nimi

