

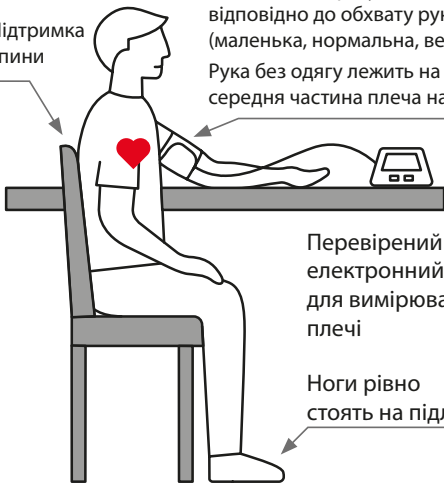
Мій щоденник кров'яного

Hochdruckliga



Ім'я: _____

Підтримка
спини



Необхідно відрегулювати манжету відповідно до обхвату руки (маленька, нормальна, велика)
Рука без одягу лежить на столі, середня частина плеча на рівні серця

Перевірений електронний пристрій для вимірювання на плечі

Ноги рівно стоять на підлозі



Не палить, не пийте каву, не їжте, не займайтеся спортом за 30 хвилин до початку



Тихе оточення



Приємна температура



5 хвилин відпочинку перед вимірюванням



Не розмовляйте під час та між вимірюваннями

