

# HJEMMEBLODTRYKSMÅLING

Dit Navn:	
Dit CPR nr.:	
Lægens navn:	

## 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:

- 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						

