

Skema til Hjemmeblodtryk

Navn _____

CPR _____

Dag 1	Morgen	Aften
	Systolisk / Diastolisk	Systolisk / Diastolisk
1. måling	/	/
2. måling	/	/
3. måling	/	/

Dag 2	Morgen	Aften
	Systolisk / Diastolisk	Systolisk / Diastolisk
1. måling	/	/
2. måling	/	/
3. måling	/	/

Dag 3	Morgen	Aften
	Systolisk / Diastolisk	Systolisk / Diastolisk
1. måling	/	/
2. måling	/	/
3. måling	/	/

Gns. ____/____

Vejledning:

Måling udføres altid inden måltider – morgen og aften.

Du må ikke have røget 30 min. før målingen

Sørg for at sidde uforstyrret og slap af 10 min. inden du går i gang.

Sørg for at sidde godt og ikke med korslagte ben under målingerne.

Du må ikke føre en samtale eller bevæge dig rundt under målingerne da dette kan give et skævt resultat.

Hold en lille pause på 1-2 min. mellem hver måling