

Obrazac za mjerenje krvnog tlaka kod kuće kroz 7 dana: ujutro i navečer

Dva mjerenja svako jutro i svaku večer tijekom sedam dana, u razmaku od jedne minute. Izbacite prvi dan i izračunajte prosjek ostalih — to je vrijednost koju vaš liječnik uspoređuje sa 135/85.

Datum	Vrijeme	Sistolički	Dijastolički	Puls	Ruka	Bilješke
Dan 1 — jutro						
Dan 1 — večer						
Dan 2 — jutro						
Dan 2 — večer						
Dan 3 — jutro						
Dan 3 — večer						
Dan 4 — jutro						
Dan 4 — večer						
Dan 5 — jutro						
Dan 5 — večer						
Dan 6 — jutro						
Dan 6 — večer						
Dan 7 — jutro						
Dan 7 — večer						