

## ΜΕΤΡΗΣΗ ΑΡΤΗΡΙΑΚΗΣ ΠΙΕΣΗΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Όνοματεπώνυμο: \_\_\_\_\_

Ημ/νία γέννησης: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_ Πιεσόμετρο: \_\_\_\_\_

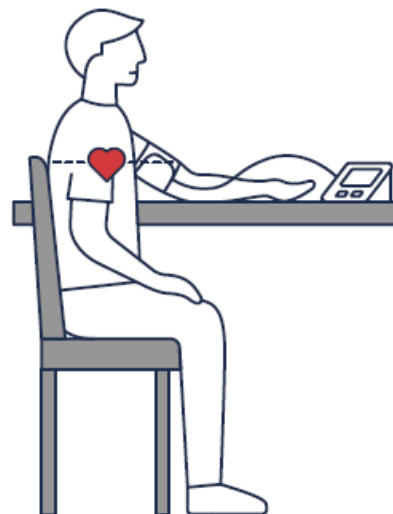
		Ώρα		Συστολική-Διαστολική		(Σφύξεις)	
<b>1<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ___/___/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)

<b>2<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ___/___/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)

<b>3<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ___/___/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)

<b>4<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ___/___/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)

<b>5<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ___/___/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)



Χρησιμοποιείτε πιστοποιημένο αυτόματο πιεσόμετρο βραχίονα ([www.stridebp.org](http://www.stridebp.org))

Πριν από κάθε επίσκεψη στον ιατρό:

- Μετρήστε για 7 ημέρες (τουλάχιστον 3)
- Πρωί & απόγευμα πριν τα φάρμακα
- Μετά 5 λεπτά ανάπαυση καθιστή/ός
- 2 μετρήσεις με μεσοδιάστημα 1 λεπτού

Μακροχρόνια παρακολούθηση:

- Διπλή μέτρηση 1 ή 2 φορές την εβδομάδα, ή το μήνα

<b>6<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ___/___/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)

<b>7<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ___/___/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	_____	-	_____	(____)

**ΣΗΜΕΙΩΣΤΕ ΕΔΩ ΤΟ ΜΕΣΟ ΟΡΟ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΜΕΤΡΗΣΕΩΝ ΕΚΤΟΣ ΤΗΣ 1<sup>ΗΣ</sup> ΜΕΡΑΣ:** \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_)