

متابعة ضغط الدم الخاص بي

أقوم بقياس ضغط الدم الخاص بي 3 مرات
متتالية على نفس الذراع، صباحاً ومساءً، 3
أيام متتالية

الاسم الأخير:

الاسم الأول:

فترة البيان: من إلى

العلاج:

ضغط الدم المستهدف $\geq 135/85$

المساء			الصباح			اليوم 1
سرعة ضربات القلب	الانقباضي أو ثاني رقم	الانقباضي أو أول رقم	سرعة ضربات القلب	الانقباضي أو ثاني رقم	الانقباضي أو أول رقم	
						لقياس 1
						لقياس 2
						لقياس 3

المساء			الصباح			اليوم 2
سرعة ضربات القلب	الانقباضي أو ثاني رقم	الانقباضي أو أول رقم	سرعة ضربات القلب	الانقباضي أو ثاني رقم	الانقباضي أو أول رقم	
						لقياس 1
						لقياس 2
						لقياس 3

المساء			الصباح			اليوم 3
سرعة ضربات القلب	الانقباضي أو ثاني رقم	الانقباضي أو أول رقم	سرعة ضربات القلب	الانقباضي أو ثاني رقم	الانقباضي أو أول رقم	
						لقياس 1
						لقياس 2
						لقياس 3

جهاز قياس ضغط الدم

الماركة:

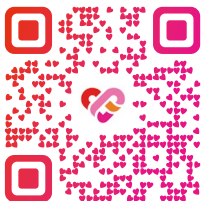
الموديل:

الذراع

الرسغ

المتوسط الانقباضي
18 قياساً

يعني الانقباضي
18 قياساً



Agir pour
le Cœur
des Femmes

Women's Cardiovascular Healthcare Foundation
مؤسسة رعاية القلب والأوعية الدموية للسيدات