

HJEMMEBLODTRYKSMÅLING

NAVN:

CPR-NR.

Dato	Morgenblodtryk systolisk/diastolisk	Puls	Aftenblodtryk systolisk/diastolisk	Puls
1. måling	/		/	
2. måling	/		/	
3. måling	/		/	

Dato	Morgenblodtryk systolisk/diastolisk	Puls	Aftenblodtryk systolisk/diastolisk	Puls
1. måling	/		/	
2. måling	/		/	
3. måling	/		/	

Dato	Morgenblodtryk systolisk/diastolisk	Puls	Aftenblodtryk systolisk/diastolisk	Puls
1. måling	/		/	
2. måling	/		/	
3. måling	/		/	

Patientvejledning · HJEMMEBLODTRYKSMÅLING

Følg betjeningsinstruksen for det udlevere blodtryksapparat.

Hvornår skal blodtryksmålingerne foretages?

3 på hinanden følgende dage gøres følgende på den samme arm:
2 gange om dagen udføres 3 blodtryksmålinger.

Målingerne foretages: Morgen inden morgenmaden.
 Aften inden aftensmaden.

Hvad skal der ske inden målingerne påbegyndes ?

1. Slap af siddende 5 minutter, før målingerne foretages.
2. Du må ikke ryge i de sidste 30 minutter, før du måler blodtrykket.
3. Du skal sidde bekvemt tilbagelænet mod rygstøtte i en stol uden korslagte ben ved siden af et bord.
4. Du må ikke tale eller bevæge dig under målingen.
5. Rul ærmet på trøjen eller skjorten op på den arm, hvor målingen skal foretages. Ærmerne må ikke stramme, da det kan medføre forkerte målinger.
6. Placer manchetten på overarmen, og undgå at spænde i overarmsmusklerne – forsøg at slappe af. Manchetten må ikke sidde for stramt på overarmen. Man skal kunne få en finger ind mellem manchete og arm.
7. Mål blodtrykket 3 gange ifølge den udleverede apparatvejledning. Der skal gå mindst 2 minutter mellem hver af målingerne.

Blodtrykket må ikke måles på andre i den periode, hvor du har apparatet.

Notering af resultaterne

Resultatet for det systoliske (det høje) og det diastoliske (det lave) blodtryk samt pulsen noteres på skemaet på side 2, for hver af de 3 målinger.