



ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΑΡΤΗΡΙΑΚΗΣ ΠΙΕΣΗΣ

Οδηγίες για τη σωστή μέτρηση της αρτηριακής πίεσης πριν την επίσκεψη

- Διπλές μετρήσεις για τουλάχιστον 7 ημέρες στο βραχίονα (όχι καρπό)
- Πρωί 6-9 π.μ. (πριν τα φάρμακα) και απόγευμα 6-9 μ.μ.
- Όλες οι μετρήσεις πρέπει να γίνονται σε ηρεμία και σε ήσυχο περιβάλλον
- 1η μέτρηση: μετά 5 λεπτά ανάπαυση σε καθιστή θέση
- 2η μέτρηση: 3-4 λεπτά μετά την 1η μέτρηση

Όνοματεπώνυμο:

| 1η Ημέρα | | ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ / /2016 | | | |
|----------|------------|--------------------|-----------|------------|---------|
| | | ΜΕΤΡΗΣΗ | | | |
| | | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ | ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | ΣΦΥΓΜΟΙ |
| ΠΡΩΙ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |
| ΑΠΟΓΕΥΜΑ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |

| 5η Ημέρα | | ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ / /2016 | | | |
|----------|------------|--------------------|-----------|------------|---------|
| | | ΜΕΤΡΗΣΗ | | | |
| | | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ | ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | ΣΦΥΓΜΟΙ |
| ΠΡΩΙ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |
| ΑΠΟΓΕΥΜΑ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |

| 2η Ημέρα | | ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ / /2016 | | | |
|----------|------------|--------------------|-----------|------------|---------|
| | | ΜΕΤΡΗΣΗ | | | |
| | | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ | ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | ΣΦΥΓΜΟΙ |
| ΠΡΩΙ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |
| ΑΠΟΓΕΥΜΑ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |

| 6η Ημέρα | | ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ / /2016 | | | |
|----------|------------|--------------------|-----------|------------|---------|
| | | ΜΕΤΡΗΣΗ | | | |
| | | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ | ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | ΣΦΥΓΜΟΙ |
| ΠΡΩΙ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |
| ΑΠΟΓΕΥΜΑ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |

| 3η Ημέρα | | ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ / /2016 | | | |
|----------|------------|--------------------|-----------|------------|---------|
| | | ΜΕΤΡΗΣΗ | | | |
| | | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ | ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | ΣΦΥΓΜΟΙ |
| ΠΡΩΙ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |
| ΑΠΟΓΕΥΜΑ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |

| 7η Ημέρα | | ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ / /2016 | | | |
|----------|------------|--------------------|-----------|------------|---------|
| | | ΜΕΤΡΗΣΗ | | | |
| | | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ | ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | ΣΦΥΓΜΟΙ |
| ΠΡΩΙ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |
| ΑΠΟΓΕΥΜΑ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |

| 4η Ημέρα | | ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ / /2016 | | | |
|----------|------------|--------------------|-----------|------------|---------|
| | | ΜΕΤΡΗΣΗ | | | |
| | | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ | ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | ΣΦΥΓΜΟΙ |
| ΠΡΩΙ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |
| ΑΠΟΓΕΥΜΑ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |

| 8η Ημέρα | | ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ / /2016 | | | |
|----------|------------|--------------------|-----------|------------|---------|
| | | ΜΕΤΡΗΣΗ | | | |
| | | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ | ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | ΣΦΥΓΜΟΙ |
| ΠΡΩΙ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |
| ΑΠΟΓΕΥΜΑ | 1η Μέτρηση | | | | |
| | 2η Μέτρηση | | | | |