

Hjemmeblodtryksmåling

Hvornår skal blodtryksmålingerne foretages?

3 på hinanden følgende dage gøre 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 i 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 stramt på overarmen. Man skal kunne få en finger ind mellem manchet og arm.

Notering af resultaterne

Resultatet for den systoliske (det høje) og det diastoliske (det lave) samt pulsen noteres på skemaet.

Hjemmeblodtryksmåling

Navn:

CPR:

Dato	Morgen Systolisk/diastolisk	Puls	Aften Systolisk/diastolisk	Puls
1.				
2.				
3.				

Dato	Morgen Systolisk/diastolisk	Puls	Aften Systolisk/diastolisk	Puls
1.				
2.				
3.				

Dato	Morgen Systolisk/diastolisk	Puls	Aften Systolisk/diastolisk	Puls
1.				
2.				
3.				

Forbeholdt klinikken: Morgen

Aften

