

Blodtryksapparatet udlånes i max 1 uge.

Såfremt det ikke afleveres rettidigt vil der blive opkrævet et gebyr på kr. 500,- .

Ved aflevering af blodtryksapparatet, bedes du aftale med sekretæren, hvordan du ønsker svar på hjemmeblodtryksmålingen.

Svaret kan gives ved telefontid med lægen, skrive til lægen via E-konsultation eller bestille tid ved din læge.

HJEMMEBLODTRYK

NAVN: _____

CPR-NR: _____

DATO- ved første måling: _____

Blodtrykket måles i 3 sammenhængende dage - 3 gange før morgenmad og 3 gange før aftensmad.

Dag 1	Systolisk	Diastolisk	Puls
Morgen			
Morgen			
Morgen			
Aften			
Aften			
Aften			

Dag 2	Systolisk	Diastolisk	Puls
Morgen			
Morgen			
Morgen			
Aften			
Aften			
Aften			
Gennemsnit			

Dag 3	Systolisk	Diastolisk	Puls
Morgen			
Morgen			
Morgen			
Aften			
Aften			
Aften			
Gennemsnit			

Gennemsnit af dag 2 og 3			
--------------------------	--	--	--

Hjemmeblodtryksmåling

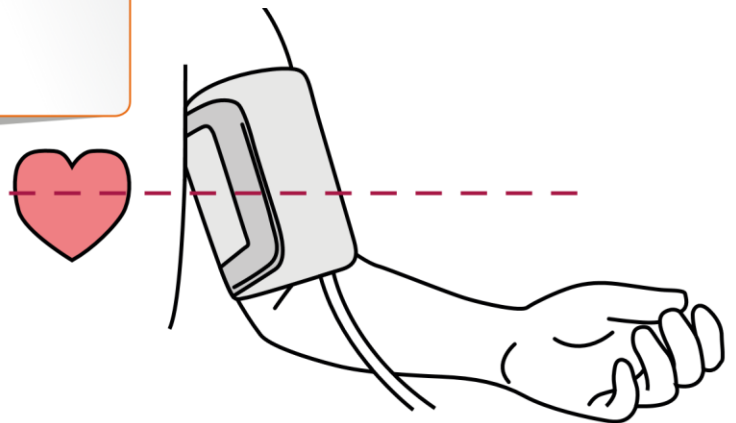
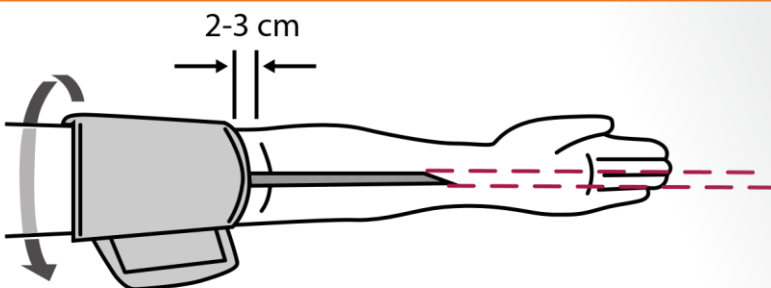
For at få et godt resultat af hjemmeblodtryksmålingerne er det vigtigt, at du følger nedenstående vejledning.

Blodtrykket måles tre dage i træk. Det foregår på denne måde:

- Lige **FØR MORGENMADEN** måler du blodtrykket tre gange og skriver resultatet ind i skemaet.
- Lige **FØR AFTENSMADEN** måler du igen blodtrykket tre gange og skriver resultatet ind i skemaet.

2 Måling

- Sæt manchetten på overarmen, et par cm over albue bøjningen, med luftslangen i midten og nedad. Manchetten må ikke stramme, man skal kunne få en finger ind mellem manchet og arm.
- Startknappen på apparatet aktiveres som anvist, og målingen begynder.
- Du må ikke tale eller bevæge dig under målingen.



1 Forberedelse

- Du må ikke have røget i 30 minutter før målingen. Sæt dig roligt ned og slap af i fem minutter, inden du starter.
- Sørg for, at du kan sidde uforstyrret under målingen, og sørg for at sidde bekvemt tilbage-lænet i stolen uden at have korslagte ben.
- Hvil den arm, blodtrykket skal måles på, på et bord. Rul ærmet op.
- Ærmet må ikke stramme, da det kan give forkerte målinger.
- Manchetten påsættes i hjertehøjde.

3 Registrering af måleresultat

- Efter endt måling fremkommer tre tal på skærmen: det høje (systoliske) blodtryk og det lave (diastoliske) blodtryk samt pulsen.
- Skriv resultaterne fra det høje (systoliske) blodtryk og det lave (diastoliske) blodtryk ind i skemaet.
- Hold en lille pause på 1-2 minutter og gentag processen, indtil du har foretaget tre målinger.

Registrér dit blodtryk på bagsiden ▶▶▶