

Hjemmeblodtryksmåling

Patientvejledning

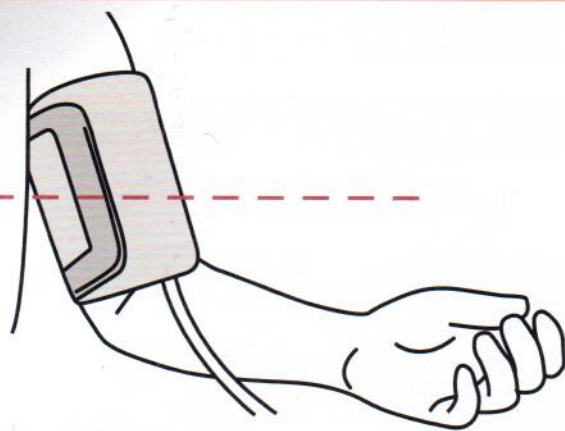
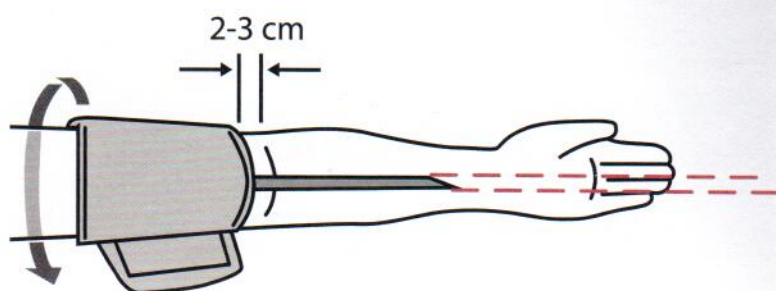
For at få et godt resultat af hjemmeblodtryksmålingerne er det vigtigt, at du følger nedenstående vejledning.

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 manchete 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.

Blodtryksmåling

Navn	Fødselsdato
	Startdato

DAG 1	Morgenblodtryk (systolisk/diastolisk)	Puls	Aftenblodtryk (systolisk/diastolisk)	Puls
1. måling	/		/	
2. måling	/		/	
3. måling	/		/	
Gennemsnit	/		/	

DAG 2	Morgenblodtryk (systolisk/diastolisk)	Puls	Aftenblodtryk (systolisk/diastolisk)	Puls
1. måling	/		/	
2. måling	/		/	
3. måling	/		/	
Gennemsnit	/		/	

DAG 3	Morgenblodtryk (systolisk/diastolisk)	Puls	Aftenblodtryk (systolisk/diastolisk)	Puls
1. måling	/		/	
2. måling	/		/	
3. måling	/		/	
Gennemsnit	/		/	