

## ΜΕΤΡΗΣΗ ΑΡΤΗΡΙΑΚΗΣ ΠΙΕΣΗΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Όνοματεπώνυμο: \_\_\_\_\_

Ημ/νία γέννησης: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Πιεσόμετρο: \_\_\_\_\_

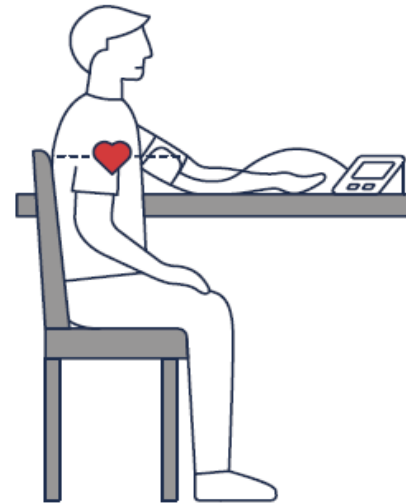
			Ωρα	Συστολική-Διαστολική	(Σφύξεις)
<b>1<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ____/____/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)

<b>2<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ____/____/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)

<b>3<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ____/____/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)

<b>4<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ____/____/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)

<b>5<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ____/____/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)



- Χρησιμοποιείτε πιστοποιημένο αυτόματο πιεσόμετρο βραχίονα ([www.stridebp.org](http://www.stridebp.org))
- Μετρήστε για 7 ημέρες (τουλάχιστον για 3)
- Πρωί και απόγευμα πριν την λήψη φαρμάκων
- Μετά από 5 λεπτά ανάπαυσης σε καθιστή θέση
- Κάντε 2 μετρήσεις με μεσοδιάστημα 1 λεπτού

<b>6<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ____/____/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)

<b>7<sup>η</sup> ΗΜΕΡΑ</b> ____/____/202__	Πρωί	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
	Βράδυ	1 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)
		2 <sup>η</sup>	__:__	____-____	(____)

**ΣΗΜΕΙΩΣΤΕ ΕΔΩ ΤΟ ΜΕΣΟ ΟΡΟ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΜΕΤΡΗΣΕΩΝ  
ΕΚΤΟΣ ΤΗΣ 1<sup>ης</sup> ΜΕΡΑΣ: \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_)**