

PATIËNTENSTICKER

Meter nr:/eigen meter

HA/POH:.....

Gemiddelde bloeddruk /.....

Gemiddelde pols

INSTRUCTIES 5-DAAGSE BLOEDDRUKMETER

- Ga eerst 10 minuten rustig zitten voordat u start met de 1^e meting.
- Doe de band om uw (bij voorkeur) linker bovenarm, 2-3 cm boven de elleboogplooï.
- De slang moet hierna langs de elleboogplooï (binnenzijde) vallen.
- Ontspan uw arm en druk op start, blijven rustig zitten, het apparaat doet alles automatisch.
- De uitkomst komt vanzelf op het venster waarna u deze uitkomst kunt noteren op dit blad.
- De band moet hierna leeggelopen zijn dus de druk moet van de bovenarm af zijn.
- Herhaal hierna de procedure voor de 2^e meting en noteer ook deze uitkomst op dit blad. (bovendruk/onderdruk en pols)
- Doe 2 metingen in de ochtend en de avond, het liefst op vaste tijden.
- Klachten die te maken kunnen hebben met een evt. verhoogde bloeddruk kunt u noteren op de achterzijde.
- Lever dit formulier + bloeddrukmeter (indien de meter van ons is geleend) op afgesproken datum vóór 12 uur in.
- Check of de bloeddrukmeter bij het inpakken in het bijgeleverde tasje zit en of deze uit is!

→ **Wilt u uw gemiddelde bloeddruk uitrekenen en rechtsboven in het vakje noteren? Dit doet u als volgt: tel alle bovendrukken bij elkaar op en deel dit door het aantal metingen (20). Vervolgens doet u dit ook bij alle onderdrukken en bij uw pols.**

DAG 1	1e meting	pols	DAG 1	2e meting	pols
OCHTEND/.....	OCHTEND/.....
AVOND/.....	AVOND/.....

DAG 2	1e meting	pols	DAG 2	2e meting	pols
OCHTEND/.....	OCHTEND/.....
AVOND/.....	AVOND/.....

DAG 3	1e meting	pols	DAG 3	2e meting	pols
OCHTEND/.....	OCHTEND/.....
AVOND/.....	AVOND/.....

DAG 4	1e meting	pols	DAG 4	2e meting	pols
OCHTEND/.....	OCHTEND/.....
AVOND/.....	AVOND/.....

DAG 5	1e meting	pols	DAG 5	2e meting	pols
OCHTEND/.....	OCHTEND/.....
AVOND/.....	AVOND/.....

INLEVEREN: _____ (voor 12.00 uur)