

Invullen door ass. Huisartsen Dudokplein:

Excel: JA /NEE
Collab: JA /NEE
Overleg POH/arts: JA /NEE
Gem RR: HA:

INSTRUCTIES 5-DAAGSE BLOEDDRUKMETER

- Meet op vaste momenten, na opstaan en voor naar bed gaan. En 1 uur van tevoren geen koffie en niet roken.
- Doe 2 metingen in de ochtend en 2 in de avond. Het liefst op vaste tijden en meet aan uw niet-dominante arm.
- Ga voor de 1^e meting tenminste 10 minuten rustig zitten, aan de tafel heeft u de beste houding.
- Doe de band om de bovenarm, 2-3 cm boven de elleboogplooi, de slang moet op de elleboogplooi vallen.
- Ontspan de arm en druk na 1 min. op start, blijf wachten & niet praten. Het apparaat doet alles automatisch.
- De uitkomst komt vanzelf op het venster en dit noteert u op dit blad (voorbeeld noteren SYS/DIA -> 130/70).
- Zet meter uit, de band loopt leeg zodat de druk van de bovenarm is.
- Herhaal de procedure voor een 2^e meting en noteer ook deze uitkomst op dit blad.
- Klachten die te maken kunnen hebben met een evt. verhoogde bloeddruk kunt u noteren op de achterzijde.
- Check of de bloeddrukmeter, bij het inpakken in de bijgeleverde hoes, uit is.
- Lever dit formulier en de bloeddrukmeter op afgesproken datum en tijd in.

DAG 1	1e meting	DAG 1	2e meting
OCHTEND	OCHTEND
AVOND	AVOND

DAG 2	1 ^e meting	DAG 2	2e meting
OCHTEND	OCHTEND
AVOND	AVOND

DAG 3	1 ^e meting	DAG 3	2e meting
OCHTEND	OCHTEND
AVOND	AVOND

DAG 4	1 ^e meting	DAG 4	2e meting
OCHTEND	OCHTEND
AVOND	AVOND

DAG 5	1 ^e meting	DAG 5	2e meting
OCHTEND	OCHTEND
AVOND	AVOND