

# ΜΕΤΡΗΣΗ ΑΡΤΗΡΙΑΚΗΣ ΠΙΕΣΗΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Όνοματεπώνυμο: \_\_\_\_\_

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

**1<sup>Η</sup> ΗΜΕΡΑ**      Πρωί      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      Συστολική-Διαστολική (Σφύξεις)      \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_/\_\_\_\_/202\_\_\_\_      2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 Βράδυ      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_

**2<sup>Η</sup> ΗΜΕΡΑ**      Πρωί      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_/\_\_\_\_/202\_\_\_\_      2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 Βράδυ      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_

**3<sup>Η</sup> ΗΜΕΡΑ**      Πρωί      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_/\_\_\_\_/202\_\_\_\_      2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 Βράδυ      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_

**4<sup>Η</sup> ΗΜΕΡΑ**      Πρωί      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_/\_\_\_\_/202\_\_\_\_      2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 Βράδυ      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_

**5<sup>Η</sup> ΗΜΕΡΑ**      Πρωί      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_/\_\_\_\_/202\_\_\_\_      2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 Βράδυ      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_

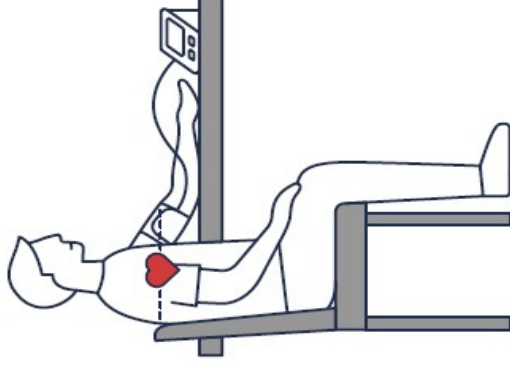
Χρησιμοποιήστε πιστοποιημένο  
 αυτόματο πιεσόμετρο βραχίονα  
 (www.stridebp.org)

**Πριν από κάθε επίσκεψη στον ιατρό:**

- Μετρήστε για 7 ημέρες (τουλάχιστον 3)
- Πρωί & απόγευμα πριν τα φάρμακα
- Μετά 5 λεπτά ανάπαυση καθιστή/ός
- 2 μετρήσεις με μεσοδιάστημα 1 λεπτού

**Μακροχρόνια παρακολούθηση:**

- Διπλή μέτρηση 1 ή 2 φορές την εβδομάδα, ή το μήνα



**6<sup>Η</sup> ΗΜΕΡΑ**      Πρωί      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      Ωρα      Συστολική-Διαστολική (Σφύξεις)      \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_/\_\_\_\_/202\_\_\_\_      2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 Βράδυ      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 2<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_

**7<sup>Η</sup> ΗΜΕΡΑ**      Πρωί      1<sup>η</sup>      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_/\_\_\_\_/202\_\_\_\_      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: \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )**