BLUTDRUCK-TABELLE für …...……..……..……..……

		Blutdruck	Blutdruck	
Datum	Uhrzeit	bis 135/85	über 135/85	Puls

Richtig Blutdruck messen:

Wie? Im sitzen / anlehnen / Arm abstützen / Manschette auf Herz-Höhe

Wann? In der Früh nach dem Aufstehen.
Bei Bedarf auch zu anderen Zeiten - Uhrzeit aufschreiben!
30 Minuten vorher KEIN Kaffe, Tee, Nikotin, Sport, große Mahlzeit

Bitte bringen Sie Ihre Aufzeichnungen zum nächsten Termin bei uns mit.

Dr. Rudolf RAFFELSBERGER
Facharzt für Innere Medizin und Facharzt für Endokrinologie und Stoffwechselerkrankungen
Schwarzstraße 8 | 5400 Hallein | Tel: +43 (0)6245 844 76 | **www.internist-raffelsberger-hallein.at**