

MESURER SA PRESSION ARTÉRIELLE À DOMICILE

La moyenne des mesures de pression mesurées à domicile devrait être inférieure à : **135 / 85 mm Hg**

INSCRIPTION DES RÉSULTATS DES MESURES : complétez le tableau en indiquant toutes les mesures réalisées (2 le matin et 2 le soir). Si vous n'avez pas réalisé une ou des mesures, simplement faire un X dans la case correspondante.

	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7
1							
MATIN							
	DATE						
	Systolique						
	Diastolique						
	POULS						
2							
SOIR							
	DATE						
	Systolique						
	Diastolique						
	POULS						

	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7
1							
MATIN							
	DATE						
	Systolique						
	Diastolique						
	POULS						
2							
SOIR							
	DATE						
	Systolique						
	Diastolique						
	POULS						

Vous pouvez aussi calculer la moyenne des résultats, en retirant les mesures réalisées au J1

Vous trouverez les conseils nécessaires pour faire ce calcul sur le site Internet :

www.hypertension.qc.ca (menu : info public/mesures de P.A. à domicile)

• Les tableaux peuvent être photocopiés