居家血压记录表

(HOME BLOOD PRESSURE LOG)



SIMPLIFIED CHINESE

- 务必使用准确的仪器测量血压 -- 请向医生咨询以确认仪器是否准确
- 保持放松的坐姿。袖口处于心脏水平
- 每次测量血压应至少做两次
- 放弃第一次读数,只记录第二次和/或第三次读数

我的医生要求我检查自	己的血压	次 /	每天 /	每星期

日期	时间	收缩压 (高位数)	舒张压 (低位数)	说明	
例如 7/10/22	9:36am	128	75		
				_	
		_			
我的医生要求我如果收缩压高于					
我的医生要求我 如果舒张压高于					