

MESURER SA PRESSION ARTÉRIELLE À DOMICILE

La moyenne des mesures de pression mesurées à domicile devrait être inférieure à : **135 / 85 mm Hg**.
Toutefois, si vous êtes diabétique, votre médecin pourrait recommander une cible de pression **inférieure à 135/85 mm Hg***

* Les cibles de pression artérielle obtenue au moyen de la mesure à domicile ne sont pas encore clairement établies chez les diabétiques.

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.

Jour	DATE	MESURE	MATIN		SOIR		POULS	
			SYSTOLIQUE	DIASTOLIQUE	SYSTOLIQUE	DIASTOLIQUE	MATIN	SOIR
1		1 ^{re}						
		2 ^e						
2		1 ^{ère}						
		2 ^e						
3		1 ^{ère}						
		2 ^e						
4		1 ^{ère}						
		2 ^e						
5		1 ^{ère}						
		2 ^e						
6		1 ^{ère}						
		2 ^e						
7		1 ^{ère}						
		2 ^e						
TOTAL								
MOYENNE HEBDOMADAIRE								

* Le tableau peut être photocopié



**SOCIÉTÉ QUÉBÉCOISE
D'HYPERTENSION ARTÉRIELLE**