

MESURER SA PRESSION ARTÉRIELLE À DOMICILE

La pression artérielle ciblée par mon médecin est de : _____

Pour la majorité des adultes, une systolique inférieure à 130 mm Hg est recommandée par Hypertension Canada.

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 ^{re}						
		2 ^e						
3		1 ^{re}						
		2 ^e						
4		1 ^{re}						
		2 ^e						
5		1 ^{re}						
		2 ^e						
6		1 ^{re}						
		2 ^e						
7		1 ^{re}						
		2 ^e						
TOTAL								
MOYENNE HEBDOMADAIRE			mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg		

* Le tableau peut être photocopié



La Société québécoise
D'HYPERTENSION ARTÉRIELLE