Verenpaineen seurantakortti

orionsydan.fi

Mittaa verenpaineesi kahteen kertaan 1–2 minuutin välein. Tee mittaus aamuin illoin. Merkitse kummankin mittauksen tulokset omiin sarakkeisiinsa. Voit myös laskea mittausten keskiarvon (= verenpainetaso). Ota kortti mukaasi lääkärin tai terveydenhoitajan vastaanotolle.

Lähde:
Verenpainekortti. Duodecim. Viitattu 1.11.2020. https://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/pgt/VerenpainekorttiTK.pdf.

Päivä-määrä	Klo	1. mittaus (yläpaine/alapaine)	2. mittaus (yläpaine/alapaine)	1. ja 2. mittauksen keskiarvo (ylapaine/alapaine)	Syke	Huomautuksia

Päivä-määrä	Klo	1. mittaus (yläpaine/alapaine)	2. mittaus (yläpaine/alapaine)	1. ja 2. mittauksen keskiarvo (ylapaine/alapaine)	Syke	Huomautuksia

11/2020

| Päivä-
määrä	Klo	1. mittaus (yläpaine/ alapaine)	2. mittaus (yläpaine/ alapaine)	1. ja 2. mittauksen keskiarvo (ylapaine/alapaine)	Syke	Huomautuksia

| Päivä-
määrä	Klo	1. mittaus (yläpaine/ alapaine)	2. mittaus (yläpaine/ alapaine)	1. ja 2. mittauksen keskiarvo (ylapaine/alapaine)	Syke	Huomautuksia