|  |  |
| --- | --- |
|  Dr. Κωνσταντίνα Καραλή Ειδικός Καρδιολόγος  Διδάκτωρ Ιατρικής ΑΠΘ | Μητροπόλεως 119Θεσσαλονίκη 546222310 253558Info@kardiologos-karali.grwww.kardiologos-karali.gr |

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΜΥΝΟ : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ΗΜ/ΝΙΑ ΓΕΝΝΗΣΗΣ: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ ΠΙΕΣΟΜΕΤΡΟ:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1η ΗΜΕΡΑ** |  | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | (ΣΦΥΞΕΙΣ) |
| \_\_\_/\_\_\_/20\_\_ | **ΠΡΩΙ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  | **ΒΡΑΔΥ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
| **2η ΗΜΕΡΑ** |  | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | (ΣΦΥΞΕΙΣ) |
| \_\_\_/\_\_\_/20\_\_ | **ΠΡΩΙ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  | **ΒΡΑΔΥ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
| **3η ΗΜΕΡΑ** |  | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | (ΣΦΥΞΕΙΣ) |
| \_\_\_/\_\_\_/20\_\_ | **ΠΡΩΙ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  | **ΒΡΑΔΥ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
| **4η ΗΜΕΡΑ** |  | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | (ΣΦΥΞΕΙΣ) |
| \_\_\_/\_\_\_/20\_\_ | **ΠΡΩΙ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  | **ΒΡΑΔΥ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |

**ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΠΙΕΣΗΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ**

**ΠΡΙΝ ΜΕΤΡΗΣΕΤΕ**

**ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ**

• Μετρήσεις για 7 εργάσιμες μέρες

• Πρωί 6-9 π.μ. (πριν τα φάρμακα) και απόγευμα 6-9 μ.μ.

• 1η μέτρηση: μετά 5 λεπτά ανάπαυση σε καθιστή θέση

• 2η μέτρηση: 1 λεπτό μετά την 1η μέτρηση.

• Αξιολόγηση: Υπολογισμός του μέσου όρου όλων των μετρήσεων εκτός της 1ης μέρας.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **5η ΗΜΕΡΑ** |  | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | (ΣΦΥΞΕΙΣ) |
| \_\_\_/\_\_\_/20\_\_ | **ΠΡΩΙ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  | **ΒΡΑΔΥ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
| **6η ΗΜΕΡΑ** |  | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | (ΣΦΥΞΕΙΣ) |
| \_\_\_/\_\_\_/20\_\_ | **ΠΡΩΙ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  | **ΒΡΑΔΥ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
| **7η ΗΜΕΡΑ** |  | ΩΡΑ | ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ | (ΣΦΥΞΕΙΣ) |
| \_\_\_/\_\_\_/20\_\_ | **ΠΡΩΙ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  | **ΒΡΑΔΥ** | 1η) \_\_:\_\_ | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |
|  |  | 2η) | \_\_\_\_\_\_\_\_-\_\_\_\_\_\_\_\_ | (\_\_\_\_) |