**FORMULIER VOOR 7-DAAGSE BLOEDDRUKMETING THUIS**

**Naam: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Geboortedatum: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

* **Meet 7 dagen achter aan dezelfde arm.**
* **2 meet-momenten per dag: ’s ochtends en ’s avonds, vast tijdstippen!**
* **Per meet-moment ; neem 5 minuten rust tussen de meting 1 en meting 2.**
* **Als u medicatie gebruikt in de ochtend, dan 2 uur na inname medicatie de bloeddruk meten!**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Datum:* |  | *Meting 1* | *Meting 2* |
|  **OCHTEND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |
|  |  |  |  |
| **AVOND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Datum:* |  | *Meting 1* | *Meting 2* |
|  **OCHTEND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |
|  |  |  |  |
| **AVOND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Datum:* |  | *Meting 1* | *Meting 2* |
|  **OCHTEND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |
|  |  |  |  |
| **AVOND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Datum:* |  | *Meting 1* | *Meting 2* |
|  **OCHTEND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |
|  |  |  |  |
| **AVOND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Datum:* |  | *Meting 1* | *Meting 2* |
|  **OCHTEND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |
|  |  |  |  |
| **AVOND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Datum:* |  | *Meting 1* | *Meting 2* |
|  **OCHTEND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |
|  |  |  |  |
| **AVOND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Datum:* |  | *Meting 1* | *Meting 2* |
|  **OCHTEND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |
|  |  |  |  |
| **AVOND** | Bovendruk (SYS): |  |  |
| Tijdstip: | Onderdruk (DIA): |  |  |
|  | Hartslag(PULSE): |  |  |