

huisartsen|praktijk hoogeland

Bloeddrukmetingformulier

Meet 4 keer per dag: 2 keer in de ochtend en 2 keer in de avond.
Zo krijgen we een goed beeld van uw bloeddruk.



Naam patiënt: _____

Geboortedatum: _____

Gemiddelde waarden

(optioneel, u kunt dit zelf invullen)

Bovendruk: mmHg

Onderdruk: mmHg

Pols: per minuut



 Dag	 Ochtend 1 (na het opstaan)			 Ochtend 2 (± 2 minuten later)			 Avond 1 (voor het slapen)			 Avond 2 (± 2 minuten later)		
	Bovendruk (mmHg)	Onderdruk (mmHg)	Pols (per minuut)	Bovendruk (mmHg)	Onderdruk (mmHg)	Pols (per minuut)	Bovendruk (mmHg)	Onderdruk (mmHg)	Pols (per minuut)	Bovendruk (mmHg)	Onderdruk (mmHg)	Pols (per minuut)
1 Maandag Datum: ____/____/____												
2 Dinsdag Datum: ____/____/____												
3 Woensdag Datum: ____/____/____												
4 Donderdag Datum: ____/____/____												
5 Vrijdag Datum: ____/____/____												
6 Zaterdag Datum: ____/____/____												
7 Zondag Datum: ____/____/____												



Belangrijke tips:



Ga rustig zitten.
Rust minimaal
5 minuten.



Geen koffie, thee, roken
of sport 30 minuten
voor de meting.



Zet de manchets
op blote huid,
ter hoogte van uw hart.



Noteer de waarden
meteen na de meting.

Bedankt!

Samen zorgen we voor
uw gezondheid.

