



# ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΠΙΕΣΗΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

## ΠΡΙΝ ΜΕΤΡΗΣΕΤΕ ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

- Μετρήσεις για 7 εργάσιμες μέρες, μέρα παρά μέρα
- Πρωί 6-9 π.μ. (πριν τα φάρμακα) και απόγευμα 6-9μ.μ.
- Οι μετρήσεις θα γίνονται μετά από 5 λεπτά ανάπαυση σε καθιστή θέση
- Κάθε φορά θα γίνονται 2 μετρήσεις με μεσοδιάστημα 1 λεπτού

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ : \_\_\_\_\_

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

1η ΗΜΕΡΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣ		ΩΡΑ	ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ	ΣΦΥΞΙΣ
__/__/2011	ΠΡΩΙ	1η __:__	____ - ____	(____)
		2η __:__	____ - ____	(____)
	ΒΡΑΔΥ	1η __:__	____ - ____	(____)
		2η __:__	____ - ____	(____)

2η ΗΜΕΡΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣ		ΩΡΑ	ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ	ΣΦΥΞΙΣ
__/__/2011	ΠΡΩΙ	1η __:__	____ - ____	(____)
		2η __:__	____ - ____	(____)
	ΒΡΑΔΥ	1η __:__	____ - ____	(____)
		2η __:__	____ - ____	(____)

3η ΗΜΕΡΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣ		ΩΡΑ	ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ	ΣΦΥΞΙΣ
__/__/2011	ΠΡΩΙ	1η __:__	____ - ____	(____)
		2η __:__	____ - ____	(____)
	ΒΡΑΔΥ	1η __:__	____ - ____	(____)
		2η __:__	____ - ____	(____)

**4η ΗΜΕΡΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣ**

\_\_/\_\_/2011

		ΩΡΑ	ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ	ΣΦΥΞΙΣ
ΠΡΩΙ	1η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
	2η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
ΒΡΑΔΥ	1η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
	2η	__ : __	_____ - _____	( ____ )

**5η ΗΜΕΡΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣ**

\_\_/\_\_/2011

		ΩΡΑ	ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ	ΣΦΥΞΙΣ
ΠΡΩΙ	1η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
	2η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
ΒΡΑΔΥ	1η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
	2η	__ : __	_____ - _____	( ____ )

**6η ΗΜΕΡΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣ**

\_\_/\_\_/2011

		ΩΡΑ	ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ	ΣΦΥΞΙΣ
ΠΡΩΙ	1η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
	2η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
ΒΡΑΔΥ	1η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
	2η	__ : __	_____ - _____	( ____ )

**7η ΗΜΕΡΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣ**

\_\_/\_\_/2011

		ΩΡΑ	ΣΥΣΤΟΛΙΚΗ - ΔΙΑΣΤΟΛΙΚΗ	ΣΦΥΞΙΣ
ΠΡΩΙ	1η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
	2η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
ΒΡΑΔΥ	1η	__ : __	_____ - _____	( ____ )
	2η	__ : __	_____ - _____	( ____ )