



DENÍK MÉHO TLAKU

DATUM	MĚŘENÍ	RANNÍ MĚŘENÍ				VEČERNÍ MĚŘENÍ			
		ČAS	TK SYSTOLICKÝ	TK DIASTOLICKÝ	TEP	ČAS	TK SYSTOLICKÝ	TK DIASTOLICKÝ	TEP
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
	1.								
	2.								
PRŮMĚR MĚŘENÍ									

Zpracováno dle: Stergiou G.S., et al. 2021 European Society of Hypertension practice guidelines for office and out-of-office blood pressure measurement. J Hypertens 2021; 39(7): 1293-1302. Widimský J. jr., et al. Diagnostické a léčebné postupy u arteriální hypertenze. Doporučení České společnosti pro hypertenzi. Hypertenze & kardiovaskulární prevence 2022; 12(2) Suppl: 1-25.

MĚŘENÍ TLAKU V KLIDU MÉHO DOMOVA

Mé jméno:

Datum narození:

Můj optimální tlak:

Hodnotu Vašeho optimálního krevního tlaku stanoví
Váš ošetřující lékař.

/

Na měření používám:

Typ přístroje:

Typ manžety:

☐ pažní ☐ zápěstní

☐ jiný (vypište)

Krevní tlak si měřím:

☀️ ráno – před užitím ranních léků ☾ večer – před večeří

30 minut před měřením:

nekouřím, nepiji kávu, nejím, neužívám léky, necvičím



PRO.MED.CS
Praha a.s.

Lékařská kontrola dne:

Přehled měření mého tlaku

Datum od: do:

DEN	R/V	MĚŘENÍ	TK SYSTOLICKÝ	TK DIASTOLICKÝ	TEP
1.	☀️	1.			
	☀️	2.			
	☾	1.			
	☾	2.			
2.	☀️	1.			
	☀️	2.			
	☾	1.			
	☾	2.			
3.	☀️	1.			
	☀️	2.			
	☾	1.			
	☾	2.			
4.	☀️	1.			
	☀️	2.			
	☾	1.			
	☾	2.			
5.	☀️	1.			
	☀️	2.			
	☾	1.			
	☾	2.			
6.	☀️	1.			
	☀️	2.			
	☾	1.			
	☾	2.			
7.	☀️	1.			
	☀️	2.			
	☾	1.			
	☾	2.			
PRŮMĚR MĚŘENÍ 2.-7. DEN					