Simply BP

Blodtrycksdagbok månad

Skriv varje värde som mätaren visar det, med tid och arm.

Namn _____

Månad _____

Datum		Tid	Övertryck systoliskt · mmHg	Undertryck diastoliskt · mmHg	Puls slag/min	Arm	Anteckningar
1	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
2	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
3	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
4	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
5	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
6	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
7	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
8	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
9	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
10	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
11	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
12	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
13	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
14	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
15	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
16	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	

För dina egna anteckningar. Ta med bladet till besöket och prata med din läkare om dina värden.

Simply BP: blodtrycksdagbok för iPhone
Samma dagbok på din iPhone, med en PDF-rapport till läkaren.
Fler blad: simplybp.app

Gratis i App Store

Skanna för appen

Simply BP

Blodtrycksdagbok månad

Skriv varje värde som mätaren visar det, med tid och arm.

Namn _____

Månad _____

Datum		Tid	Övertryck systoliskt · mmHg	Undertryck diastoliskt · mmHg	Puls slag/min	Arm	Anteckningar
17	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
18	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
19	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
20	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
21	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
22	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
23	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
24	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
25	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
26	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
27	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
28	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
29	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
30	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	
31	Morgon					☐ V ☐ H	
_____	Kväll					☐ V ☐ H	

Anteckningar för månaden

För dina egna anteckningar. Ta med bladet till besöket och prata med din läkare om dina värden.

Simply BP: blodtrycksdagbok för iPhone

Samma dagbok på din iPhone, med en PDF-rapport till läkaren.

Fler blad: simplybp.app

Gratis i App Store

Skanna för appen