

## RELEVÉ D'AUTOMESURE À DOMICILE

Nom


date



systolique

diastolique

La règle des 3 mesures : 3x le matin ET 3x le soir PENDANT 3 jours consécutifs.  
**3 mesures prises à la suite à 1 ou 2 minutes d'intervalle.**

Enregistrez-le fichier et **transmettez-le par email**  à votre médecin.

		JOUR 1		JOUR 2		JOUR 3	
		systolique	diastolique	systolique	diastolique	systolique	diastolique
Le MATIN : <b>à jeun,</b> avant toute prise de médicaments, après le lever et au repos 5 à 10 minutes allongé ou assis	Mesure 1	---	--	---	--	---	--
	Mesure 2	---	--	---	--	---	--
	Mesure 3	---	--	---	--	---	--
Le SOIR : <b>après le repas,</b> après la prise de tous médicaments et 30 minutes avant le coucher	Mesure 1	---	--	---	--	---	--
	Mesure 2	---	--	---	--	---	--
	Mesure 3	---	--	---	--	---	--

Mes traitements antihypertenseurs

MOYENNE  
systolique

MOYENNE  
diastolique

**CHU**  
ROUEN NORMANDIE

## RELEVÉ D'AUTOMESURE À DOMICILE

Nom


date



systolique

diastolique

La règle des 3 mesures : 3x le matin ET 3x le soir PENDANT 3 jours consécutifs.  
**3 mesures prises à la suite à 1 ou 2 minutes d'intervalle.**

Enregistrez-le fichier et **transmettez-le par email**  à votre médecin.

		JOUR 1		JOUR 2		JOUR 3	
		systolique	diastolique	systolique	diastolique	systolique	diastolique
Le MATIN : <b>à jeun,</b> avant toute prise de médicaments, après le lever et au repos 5 à 10 minutes allongé ou assis	Mesure 1	---	--	---	--	---	--
	Mesure 2	---	--	---	--	---	--
	Mesure 3	---	--	---	--	---	--
Le SOIR : <b>après le repas,</b> après la prise de tous médicaments et 30 minutes avant le coucher	Mesure 1	---	--	---	--	---	--
	Mesure 2	---	--	---	--	---	--
	Mesure 3	---	--	---	--	---	--

Mes traitements antihypertenseurs

MOYENNE  
systolique

MOYENNE  
diastolique

**CHU**  
ROUEN NORMANDIE