

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

Mes traitements antihypertenseurs

MOYENNE
systolique

MOYENNE
diastolique

CHU
ROUEN NORMANDIE