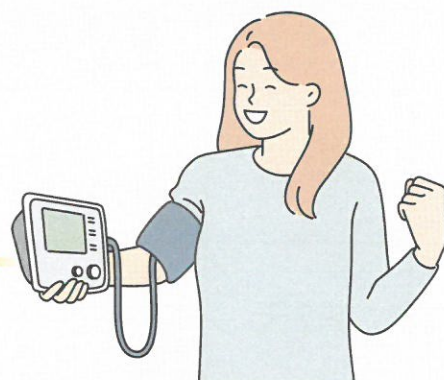


# 722



## 助您管控血壓

**7** 連續量**7**天

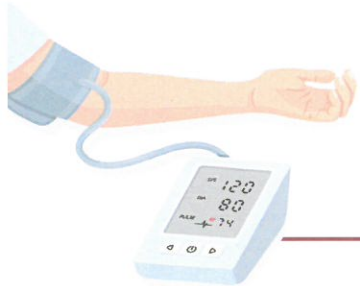


**2** 每天量**2**回，起床、睡前各**1**回

**2** 每回量**2**遍，間隔1分鐘取平均值



722血壓紀錄幫助我們掌握  
血壓變化，做好血壓管理



# 血壓量測紀錄表

		第 1 次 (mmHg)	第 2 次 (mmHg)	平均值 (mmHg)
例：第X天	早	121/76	115/68	118/72
	晚	123/83	117/71	120/77
第1天	早			
	晚			
第2天	早			
	晚			
第3天	早			
	晚			
第4天	早			
	晚			
第5天	早			
	晚			
第6天	早			
	晚			
第7天	早			
	晚			

**提醒您：**成人理想血壓應低於120 / 80mmHg。

血壓標準應視個人狀況(如年齡、罹患疾病等)有所不同，建議與臨床醫師討論。

