Relevé d'automesure tensionnelle

Nom _____ Bras utilisé _____ Traitement en cours _____

Trois mesures le matin, avant le petit-déjeuner et les médicaments ; trois le soir, avant le coucher ; à une ou deux minutes d'intervalle. Valeurs en mmHg, pouls en battements par minute.

JOUR	MOMENT	N°	SYSTOLIQUE	DIASTOLIQUE	POULS
Jour 1 Date : ...../.....	Matin	1			
		2			
		3			
	Soir	1			
		2			
		3			
Jour 2 Date : ...../.....	Matin	1			
		2			
		3			
	Soir	1			
		2			
		3			
Jour 3 Date : ...../.....	Matin	1			
		2			
		3			
	Soir	1			
		2			
		3			

Moyenne systolique : ..... mmHg diastolique : ..... mmHg

À domicile, le seuil d'hypertension est une moyenne systolique de 135 mmHg ou plus, **ou** diastolique de 85 mmHg ou plus. Cette moyenne ne pose pas de diagnostic : montrez le relevé complet à votre médecin.

Fiche réalisée avec reperes-tension.fr, d'après la règle des 3 de l'Assurance Maladie. Ne remplace pas un avis médical.