

Blutdrucktabelle

Name: _____

Monat/Jahr: _____

Tag	morgens				abends				Bemerkung
	Uhrzeit	Sys.	Dia.	Puls	Uhrzeit	Sys.	Dia.	Puls	
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									
16.									
17.									
18.									
19.									
20.									
21.									
22.									
23.									
24.									
25.									
26.									
27.									
28.									
29.									
30.									
31.									

Sys. = oberer Wert, Dia. = unterer Wert (in mmHg), Puls = Schläge pro Minute.
Messen, wie mit Arzt oder Ärztin besprochen. Die Tabelle bewertet keine Werte.