Predložak za bilježenje izmjerenih vrijednosti krvnog tlaka

Savjeti za mjerenje krvnog tlaka kod kuće:

- tlak mjerite **dvaput dnevno** - ujutro prije no što doručkujete i popijete lijekove te navečer prije odlaska na spavanje
- nastojte svaki dan mjeriti tlak **u otprilike isto vrijeme**
- pri svakom mjerenju, jutarnjem i večernjem, izmjerite tlak barem **dva puta**

		Jutro			Večer	
Datum	**Vrijeme mjerenja**	**Tlak** (*prvo mjerenje*)	**Tlak** (*drugo mjerenje*)	**Vrijeme mjerenja**	**Tlak** (*prvo mjerenje*)	**Tlak** (*drugo mjerenje*)

	Jutro			Večer		
Datum	**Vrijeme mjerenja**	**Tlak** (*prvo mjerenje*)	**Tlak** (*drugo mjerenje*)	**Vrijeme mjerenja**	**Tlak** (*prvo mjerenje*)	**Tlak** (*drugo mjerenje*)

	Jutro			Večer		
Datum	**Vrijeme mjerenja**	**Tlak** (*prvo mjerenje*)	**Tlak** (*drugo mjerenje*)	**Vrijeme mjerenja**	**Tlak** (*prvo mjerenje*)	**Tlak** (*drugo mjerenje*)

	Jutro			Večer		
Datum	**Vrijeme mjerenja**	**Tlak** (*prvo mjerenje*)	**Tlak** (*drugo mjerenje*)	**Vrijeme mjerenja**	**Tlak** (*prvo mjerenje*)	**Tlak** (*drugo mjerenje*)