

血圧計



〔血圧を測定する時のポイント〕

- ① 排尿直前、入浴直後、食事の直後などでは血圧の変動が大きいため、測定を避けましょう。
- ② 朝は1時間以内、排尿後、お薬を飲む前に測定しましょう。
- ③ できるだけ、毎日同じ時間に測定するよう心がけましょう。
- ④ 測定する際には、座り、腕を心臓と同じくらいの高さにしましょう。

- ・ 腕を机の上などにのせる。
- ・ できるだけ、いつもと同じ側の腕にする。
- ・ 圧迫帯は指が一本入る程度にまく。



排尿直前、入浴直後、食事の直後などでは血圧の変動が大きいため、血圧の測定を避けましょう。