Mana asinsspiediena žurnāls

Ārstēšanas mērķis ir sasniegt vidējo asinsspiediena rezultātu zem 135/85 mm Hg mājas apstākļos.

Izmēģiniet šos padomus, lai kontrolētu asinsspiedienu mājas apstākļos.

- Mēriet asinsspiedienu katru dienu vienā un tajā pašā laikā.
- Veiciet vismaz divus mērījumus ar 1 vai 2 minūšu intervālu.

PIRMS MĒRĪJUMA:

- neēdiet vai nedzeriet 30 min,
- iztukšojiet urīnpūsli.

MĒRĪJUMA LAIKĀ:

- nerunājiet,
- rokai jābūt krūškurvja augstumā,
- manšete jāliek uz kailas ādas,
- mugurai jābūt atbalstītai,
- sēžot, pēdām jābalstās uz grīdas.

135/85 mm Hg

Datums	☀			☾		
	Laiks	1. nolasījums	2. nolasījums	Laiks	1. nolasījums	2. nolasījums

10 mg

Kā Teva palīdz uzlabot pacientu līdzestību?

Uzņēmums Teva sāk ieviest jaunus, skaidrāk saprotamus zāļu iepakojumus.
Tas atvieglo darbu ārstiem, farmaceitiem un sniedz saprotamāku un drošāku informāciju par zāļu lietošanu pacientiem.

UAB "Teva Baltics"

www.teva.lv / www.tevapharm.com **@rupesparveselibu**

Reklāmas devējs: UAB Teva Baltics filiāle Latvijā, Zaļā iela 1, Rīga, LV-1010, Latvija
Reklāma sagatavota 2021. gada februārī
MULTI-EE-00017 Avots: www.cdc.gov/bloodpressure