



Egenmätning av blodtryck i hemmet eller på vårdcentral

Blankett vid receptförnyelse av blodtrycksmedicin eller för kontroll av behandling enligt överenskommelse med din behandlande vårdcentral.

GÖR SÅ HÄR:

- Vila under minst fem minuter före mätningen.
- Drink inte kaffe eller te under en halvtimme före mätningen.
- Rök eller snusa inte under en halvtimme före mätningen.
- Ansträng dig inte kraftigt fysiskt före mätningen.
- Armen vilar på stöd eller bord, fötterna på golvet.

Den första mätningen görs 2 gånger med 1 minuts mellanrum och anteckna värdet vid andra mätningen (*ofta är första värdet högre*).

Datum	Blodtryck	Puls	Kommentar
	/		
	/		
	/		

Du som har BankID loggar in på 1177.se och meddelar ditt blodtryck samt anger om du önskar förnya dina blodtrycksmediciner samt vilka mediciner.

Du som inte har BankID lämnar in lappen i kassan till din behandlande vårdcentral.

Namn: _____ Personnummer: _____

() Jag vill ha följande mediciner förnyade:

Du får meddelande inom fyra veckor om blodtrycket föranleder förändring av din medicinering.