_____ 年 _____ 月

血圧記録表

SAMPLE

記入例：1〜3日は説明用の架空データです。

朝・夜 / 1か月分

値の基準や目標を示すものではありません。

日	朝			夜			メモ
	上（収縮期）	下（拡張期）	脈拍	上（収縮期）	下（拡張期）	脈拍	
1	124	78	68	120	76	66	いつもの時間
2	122	76	67	121	77	65	散歩の記録
3	125	79	69	123	78	67	メモも残す
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							

単位：血圧 mmHg / 脈拍 回/分

月にない日付の行は使わず、空欄のままにしてください。

記録用の空欄表です。測定や記録の方法は、医療機関の指示がある場合はその内容に従ってください。