HealthyMax

แบบบันทึก ค่าความดันโลหิต

ชื่อ ..... เบอร์โทร .....

โรคประจำตัว .....

แพ้ยา .....

วันที่	เวลา	ค่าความดัน (mnHg)

วันที่	เวลา	ค่าความดัน (mnHg)

ค่าความดันโลหิตเท่าไร? ถึงเรียกว่าสูง

เหมาะสม	ค่าบน < 120 ค่าล่าง < 80
ปกติ	ค่าบน 120-129 ค่าล่าง < 80
ค่อนข้างสูง	ค่าบน 130-139 ค่าล่าง 80-89
สูง ระยะ 1	ค่าบน 140-159 ค่าล่าง 90-99
สูง ระยะ 2	ค่าบน 160-179 ค่าล่าง 100-109
สูง ระยะ 3	ค่าบน ≥ 180 ค่าล่าง ≥ 110

HealthyMax

แบบบันทึก ค่าความดันโลหิต

วันที่	เวลา	ค่าความดัน (mnHg)

วันที่	เวลา	ค่าความดัน (mnHg)

วันที่	เวลา	ค่าความดัน (mnHg)