



---

**DZIENNIK  
POMIARU  
CIŚNIENIA**

---

.....

**IMIĘ I NAZWISKO**

.....

**WIEK**

.....

**MASA CIAŁA (KG)**

.....

**BMI**

## KLASYFIKACJA CIŚNIENIA TĘTNICZEGO W POMIARACH GABINETOWYCH (MM HG)

| Kategoria                        | Ciśnienie skurczowe |       | Ciśnienie rozkurczowe |
|----------------------------------|---------------------|-------|-----------------------|
| Optymalne                        | <120                | i     | <80                   |
| Prawidłowe                       | 120-129             | i/lub | 80-84                 |
| Wysokie prawidłowe               | 130-139             | i/lub | 85-89                 |
| Nadciśnienie tętnicze 1 stopnia  | 140-159             | i/lub | 90-99                 |
| Nadciśnienie tętnicze 2 stopnia  | 160-179             | i/lub | 100-109               |
| Nadciśnienie tętnicze 3 stopnia  | ≥ 180               | i/lub | ≥ 110                 |
| Izolowane nadciśnienie skurczowe | ≥ 140               | i/lub | <90                   |

**W pomiarach domowych ciśnienie skurczowe nie powinno przekraczać 135 mm Hg, a rozkurczowe 85 mm Hg**



# PRZYJMOWANE LEKI

| Nazwa i dawka leku | R | P | W |
|--------------------|---|---|---|
|                    |   |   |   |
|                    |   |   |   |
|                    |   |   |   |
|                    |   |   |   |
|                    |   |   |   |
|                    |   |   |   |
|                    |   |   |   |
|                    |   |   |   |
|                    |   |   |   |

R – Rano

P – Południe

W – wieczór



