

Asinsspiediena dienasgrāmata

Mēnesis / Gads: _____

asinsspiediens.lv

Vārds, Uzvārds: _____

Ārsts: _____

Diena	Laiks	SIS	DIA	Pulss	Roka	Piezīmes
1						
2						
3						
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						

Asinsspiediena kategorijas:

● Optimāls: <120/80

● Normāls: 120-129/80-84

● Paaugstināts: 130-139/85-89

● 1. pakāpe: 140-159/90-99

● 2.-3. pakāpe: ≥160/100