



ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТА ОБЩИЕ ПРАВИЛА:

ИЗМЕРЯЙТЕ АД РЕГУЛЯРНО,
В УТРЕННИЕ
И ВЕЧЕРНИЕ ЧАСЫ

04

СОБЛЮДАЙТЕ КРАТНОСТЬ
ИЗМЕРЕНИЯ АД, СОГЛАСНО
НАЗНАЧЕННОЙ ВРАЧОМ
ПРОГРАММЕ
ДИСТАНЦИОННОГО
НАБЛЮДЕНИЯ*

08

НЕ ПЕРЕДАВАЙТЕ ПРИБОР
(ТОНОМЕТР) ТРЕТЬИМ ЛИЦАМ,
Т.К. ВСЕ ЗНАЧЕНИЯ
ПОКАЗАТЕЛЕЙ
АРТЕРИАЛЬНОГО
ДАВЛЕНИЯ/АД
И ПУЛЬСА/ЧСС ОТНОСЯТСЯ
ЛИЧНО ВАМ

01

УТРОМ ИЗМЕРЯЙТЕ АД СРАЗУ
ПОСЛЕ ПРОБУЖДЕНИЯ
И ДО ПРИЕМА
ЛЕКАРСТВЕННЫХ
ПРЕПАРАТОВ

05

ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ
ДОСТОВЕРНОСТИ ОЦЕНКИ
РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОИЗВОДИТЕ
СЕРИЮ ИЗМЕРЕНИЙ: ТРИ
ИЗМЕРЕНИЯ ПОДРЯД
С ИНТЕРВАЛОМ НЕ МЕНЕЕ
1 МИНУТЫ

02

ВЕЧЕРОМ ВЫПОЛНЯЙТЕ
ИЗМЕРЕНИЯ АД
НЕПОСРЕДСТВЕННО
ПЕРЕД СНОМ

06

НЕ ПРЕКРАЩАЙТЕ
ИЗМЕРЕНИЯ АД В СЛУЧАЕ
ПОЕЗДОК НА ДАЧУ,
В КОМАНДИРОВКИ ПО РФ
И Т.П

03

ИЗМЕРЯЙТЕ АД ВО ВСЕХ
СЛУЧАЯХ, КОГДА ВЫ
СЧИТАЕТЕ
ЭТО НЕОБХОДИМЫМ

07

ПРОГРАММА

ПОДБОР
ЛЕКАРСТВЕННОЙ
ТЕРАПИИ

КОНТРОЛЬ
ЛЕКАРСТВЕННОЙ
ТЕРАПИИ

РЕГУЛЯРНОСТЬ ИЗМЕРЕНИЙ

ЕЖЕДНЕВНО

НЕ МЕНЕЕ
2-Х РАЗ
В НЕДЕЛЮ

ЧАСТОТА ИЗМЕРЕНИЙ

2 РАЗА В ДЕНЬ
УТРО (ПО ПРОБУЖДЕНИИ)
ВЕЧЕР (ПЕРЕД СНОМ)

2 РАЗА В ДЕНЬ
УТРО (ПО ПРОБУЖДЕНИИ)
ВЕЧЕР (ПЕРЕД СНОМ)

СЕРИЯ ИЗМЕРЕНИЙ

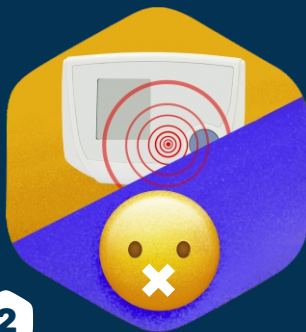
3 ИЗМЕРЕНИЯ
ПОДРЯД

3 ИЗМЕРЕНИЯ
ПОДРЯД



1

**ПЕРЕД ИЗМЕРЕНИЕМ ОТДОХНИТЕ
В ТЕЧЕНИЕ 5-10 МИНУТ, СЯДЬТЕ УДОБНО
И ПОЛОЖИТЕ РУКУ ПЕРЕД СОБОЙ НА СТОЛ,
НАЛОЖИТЕ МАНЖЕТУ НА ПЛЕЧО НА РАССТОЯНИИ
2-3 СМ ОТ ЛОКТЕВОГО СГИБА НА УРОВНЕ СЕРДЦА
И НАЖМИТЕ НА КНОПКУ СТАРТ**



2

**ИНДИКАТОР СОВОЙ СЕТИ НАЧЕТ
СВЕТИТЬСЯ КРАСНЫМ ЦВЕТОМ,
НЕ ДВИГАЙТЕСЬ И НЕ РАЗГОВАРИВАЙТЕ
ВО ВРЕМЯ ИЗМЕРЕНИЯ**



3

**ПО ОКОНЧАНИЮ ИЗМЕРЕНИЯ НА ДИСПЛЕЕ
ПОЯВЯТСЯ РЕЗУЛЬТАТЫ ДАВЛЕНИЯ
И ПУЛЬСА. УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ДАННЫЕ
ИЗМЕРЕНИЙ ОТПРАВЛЕНЫ (МИГАЕТ
ЗЕЛЕНЬ ИНДИКАТОР)**



4

**СДЕЛАЙТЕ ПОДРЯД ТРИ ИЗМЕРЕНИЯ
С ПЕРЕРЫВОМ МЕЖДУ НИМИ В 1 МИНУТУ**



5

СНИМИТЕ МАНЖЕТУ



6

**ДОЖДИТЕСЬ, КОГДА ПОГАСНУТ
ДИСПЛЕЙ И ИНДИКАТОР.
ОТКЛЮЧИТЕ ПРИБОР ИЗ РОЗЕТКИ**