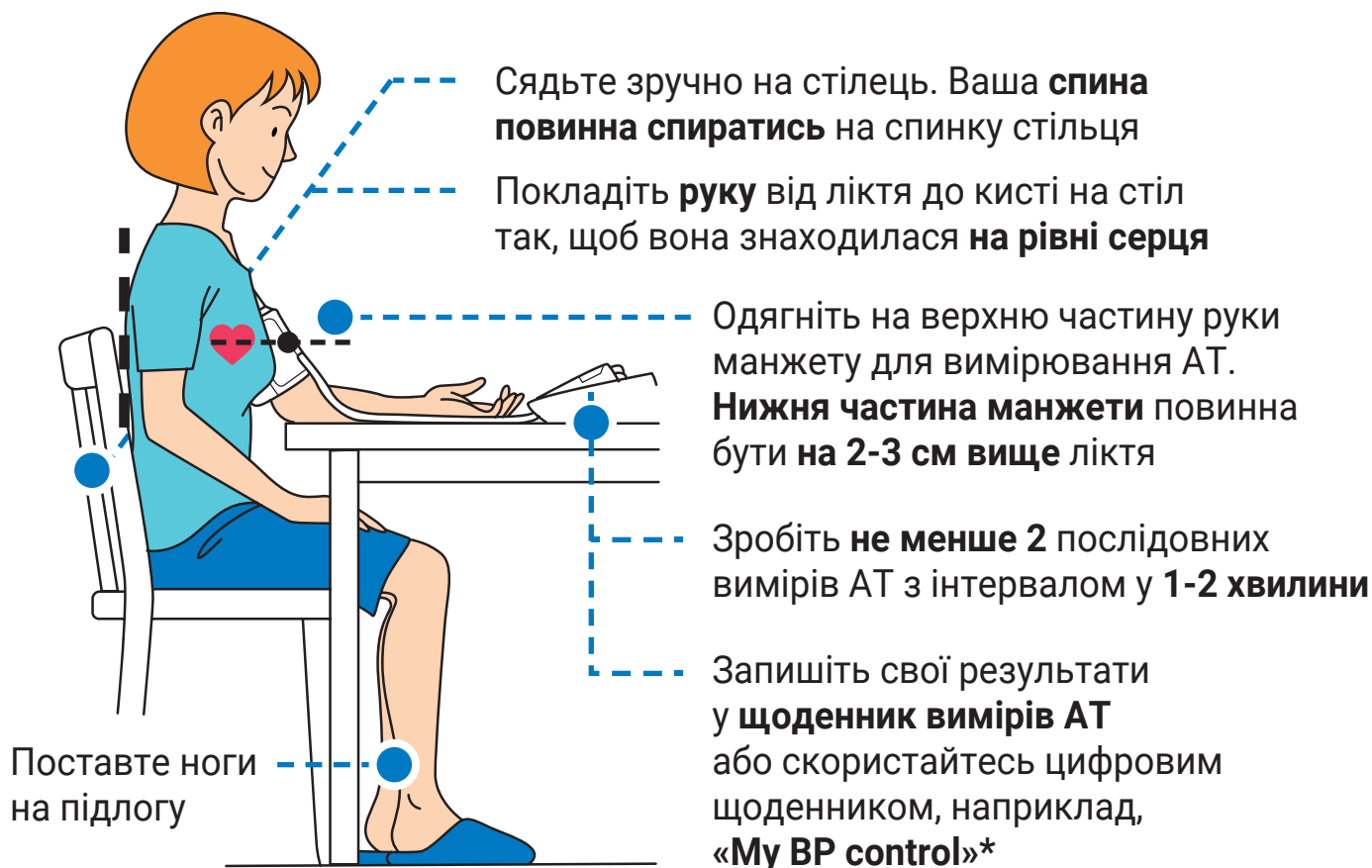




ЯК ПРАВИЛЬНО ВИМІРЮВАТИ АРТЕРІАЛЬНИЙ ТИСК (АТ) ВДОМА?



ДОТРИМУЙТЕСЬ НЕОБХІДНИХ УМОВ ДЛЯ ТОЧНОГО ВИМІРЮВАННЯ АРТЕРІАЛЬНОГО ТИСКУ



Вимірюйте АТ в спокійних та комфортних умовах після 5-ти хвилинного перебування в спокої



Під час вимірювання АТ не рухайтесь та не розмовляйте



Вимірюйте АТ двічі на день (вранці та ввечері): до прийому їжі та ліків



За 30 хвилин до вимірювання АТ: не паліть цигарки, не виконуйте фізичних навантажень, не вживайте кофеїн-вмісних напоїв та алкоголю

* дізнайтесь більше про додаток для смартфона на www.servier.ua або www.strazhesko.org.ua