Tu Consulta Médica

MEDICIONES DE TENSIÓN ARTERIAL

DIA	MAÑANA	TARDE	NOCHE

Como hacer la toma de tensión de forma correcta:

1. Descúbrase el brazo en el que se va a tomar la tensión. No la tome sobre mangas de camisas o similares.
2. Cuando inicie la toma de tensión no mire el aparato, el ver números altos puede elevarle la tensión.
3. Cuando pite, anote en la tabla superior los valores que marque.

RECUERDE:

Las tensiones han de medirse antes del desayuno, comida y cena.