

Invulformulier geprotocolleerde thuis bloeddrukmeting

Voor een geprotocolleerde thuis bloeddrukmeting meet u gedurende 5 tot 7 dagen:

- 's morgens 2 keer, bij voorkeur direct na het wakker worden, tussen 6 en 9 uur.
- 's avonds 2 keer, bij voorkeur tussen 18 en 21 uur.

Het gemiddelde van deze bloeddrukken wordt gebruikt voor de beoordeling en behandeling. Het streven is naar een thuisbloeddruk tussen de 135/85 en 110/70 mmhg.



Gebruik een betrouwbare bloeddrukmeter met bovenarm manchet die goedgekeurd is door [DABL](#) instituut, op de website van de [Hartstichting](#) vindt u een actuele lijst met goedgekeurde bloeddrukmeters. Op de website van [Nederlandse Hypertensie Vereniging](#) (hypertensie.nl) kunt u dit formulier downloaden. Voor meer informatie kijkt u op YouTube naar de video's: [Bloeddruk, hypertensie en thuis meten](#) of/ en [Hoe meet u uw bloeddruk?](#)

Dag / datum	1 ^{ste} meting ochtend	2 ^{de} meting ochtend	Gemiddelde ochtend	1 ^{ste} meting avond	2 ^{de} meting avond	Gemiddelde avond	Medicatie ingenomen
1	/	/	/	/	/	/	ja/nee*
2	/	/	/	/	/	/	ja/nee*
3	/	/	/	/	/	/	ja/nee*
4	/	/	/	/	/	/	ja/nee*
5	/	/	/	/	/	/	ja/nee*
6	/	/	/	/	/	/	ja/nee*
7	/	/	/	/	/	/	ja/nee*
Gemiddelde van ochtenden dag 2 t/m 7			/	Gemiddelde van avonden dag 2 t/m 7		/	

* Doorhalen wat niet van toepassing is

Medicatie gebruik en of lichamelijke klachten tijdens dagen van de metingen?