

**Anleitung**

- Bitte messen Sie den Ruhe-Blutdruck (nach 5min. Pause!)
- Messen Sie grundsätzlich an dem Arm, der die höheren Blutdruckwerte zeigt (d.h. Sie müssen zu Beginn Vergleichsmessungen machen!)
- Messen Sie zu verschiedenen Tageszeiten
- Beachten Sie die Bedienungsanleitung Ihres Messgerätes
- Sie können diesen Vordruck auf unserer Website [www.axelheider.de](http://www.axelheider.de) (->Service -> Downloads) herunterladen

**Name, Vorname:**

Datum	Uhrzeit	Blutdruck (syst./diast.) (in mmHg)	Puls (/min)	Besonderheiten



