

GROUPE DE MÉDECINE FAMILIALE UNIVERSITAIRE DE DRUMMONDVILLE



GROUPE DE MÉDECINE FAMILIALE UNIVERSITAIRE DE DRUMMONDVILLE (GMF-U DE DRUMMONDVILLE)

555, rue Berol, Drummondville (Québec) J2B 0W7
Téléphone : 819 474-5310
Télécopieur : 819 474-5422
www.gmfu-drummondville.com

SUIVI DE LA TENSION ARTÉRIELLE

Produit par
 la Direction de l'enseignement universitaire et de la recherche
 Octobre 2018

Source de l'image de la page couverture : Suksao - Freepik.com
 Source de l'information : <http://www.coeuretavc.ca>

		JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5	JOUR 6	JOUR 7
MATIN	1	DATE	SYSTOLIQUE	DIASTOLIQUE	POULS			
	2	DATE	SYSTOLIQUE	DIASTOLIQUE	POULS			
	1	DATE	SYSTOLIQUE	DIASTOLIQUE	POULS			
	2	DATE	SYSTOLIQUE	DIASTOLIQUE	POULS			
SOIR								

COMMENT MESURER LA TENSION ARTÉRIELLE

NE PAS PARLER
AVANT ET DURANT
LA MESURE

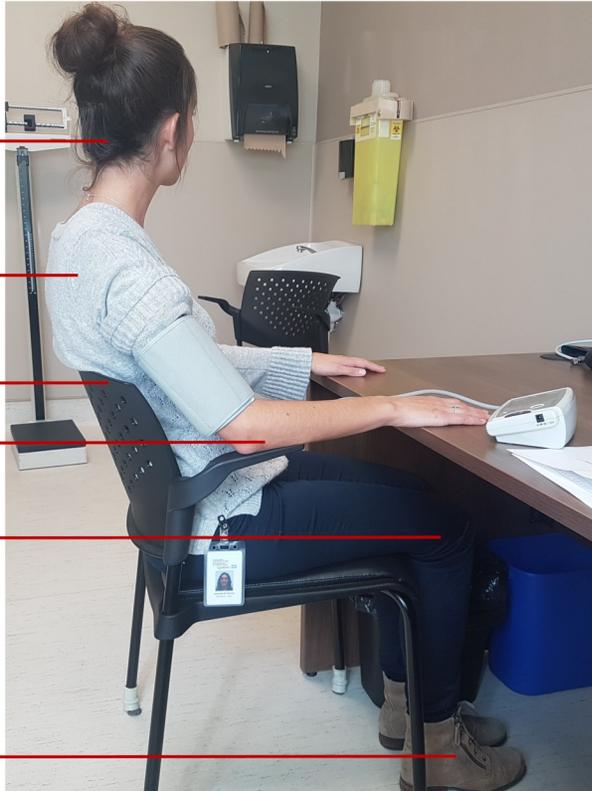
POSITION ASSISE

DOS APPUYÉ

BRAS SUPPORTÉ

JAMBES DÉCROISÉES

PIEDS À PLAT AU SOL



Si votre pression indique une mesure élevée, vous devriez la mesurer au moins deux autres fois à des jours différents afin de vérifier si elle est toujours élevée.

Consignez chaque mesure de votre pression artérielle dans ce carnet de suivi de la pression artérielle. Ce suivi vous aidera à déterminer si votre pression artérielle est saine. Apportez ce carnet de suivi lors de votre prochain rendez-vous médical.

	JOUR 1				JOUR 2				JOUR 3				JOUR 4				JOUR 5				JOUR 6				JOUR 7											
	DATE	SYSTOLIQUE	DIASTOLIQUE	POULS																																
	1				2				1				2																							
	MATIN								SOIR																											

		JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5	JOUR 6	JOUR 7
MATIN	1	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
		POULS						
	2	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
		POULS						
SOIR	1	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
		POULS						
	2	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
		POULS						

		JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5	JOUR 6	JOUR 7
MATIN	1	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
		POULS						
	2	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
		POULS						
SOIR	1	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
		POULS						
	2	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
		POULS						

		JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5	JOUR 6	JOUR 7
MATIN	1	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
	POULS							
	2	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
	POULS							
SOIR	1	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
	POULS							
	2	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
	POULS							

		JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5	JOUR 6	JOUR 7
MATIN	1	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
	POULS							
	2	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
	POULS							
SOIR	1	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
	POULS							
	2	DATE						
		SYSTOLIQUE						
		DIASTOLIQUE						
	POULS							