

Tølløsevej 47, st. 2700 Brønshøj. Tlf.nr.: 38715596. Ydernr.: 001015

Målingerne foretages: Morgen ca. ½ time efter De er stået op og før De tager medicin

After

1. Slap af i 5-10 minutter før målingen startes i siddende stilling.
2. Sæt dem behageligt tilrette og lad armen hvile på et skrive/spisebord
3. Manchetten skal placeres på overarmen, efter at trøje eller skjorte er rullet op. (OBS! disse må dog ikke stramme, idet det kan forårsage forkerte målinger).
4. Undgå at spænde i overarmsmusklerne, forsøg at slappe af.

Dato	Morgen	Middag	Aften
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			