

La collecte de données de pression artérielle exactes est facile si vous suivez ces huit étapes simples.

De récentes études ont montré l'importance des mesures de pression artérielle à domicile pour un diagnostic exact de l'hypertension et une gestion à long terme des patients hypertendus. Mais la qualité des mesures prises à la maison dépend largement de la procédure utilisée. Vous trouverez ci-dessous des informations qui vous expliquent comment obtenir des mesures de pression artérielle exactes, exploitables par votre médecin.



1 Hour Before

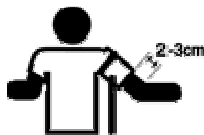
Etape 1

Evitez de prendre des mesures immédiatement après avoir mangé, bu ou fumé. Respectez un intervalle d'une heure entre ces activités et le relevé de votre pression artérielle.



Etape 2

Préparez une table et une chaise pour la mesure. La chaise doit être munie d'un dossier vertical et la table doit vous permettre de maintenir votre bras à hauteur du coeur pendant la mesure.



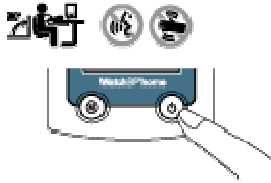
Etape 3

Enlevez les vêtements qui recouvrent ou serrent le bras. Ajustez le brassard sur le bras. Assurez-vous que le bord inférieur du brassard se trouve 2–3 cm au-dessus du coude. Prenez la face intérieure du bras comme repère. Le tuyau reliant le brassard et l'appareil doit être placé sur la face intérieure du bras. (Des instructions visuelles additionnelles se trouvent sur le brassard)



Etape 4

Asseyez-vous et détendez-vous pendant au moins cinq minutes avant la mesure.



Etape 5

Ayez le dos droit appuyé confortablement contre le dossier de la chaise. Appuyez sur le bouton de déclenchement. L'appareil active un compte à rebours de 60 secondes. Evitez de bouger, de croiser vos jambes ou de contracter les muscles du bras pendant la mesure. Respirez normalement et ne parlez pas..



Etape 6

Un cycle comprend deux mesures. A la fin de la première mesure, détendez-vous pendant que vous attendez la deuxième. La deuxième mesure démarrera au bout de 60 secondes. Evitez de bouger pendant ce temps.



Automatically stored

Etape 7

Après la réalisation des deux mesures, les données seront automatiquement enregistrées en vue d'une analyse par votre médecin. Si une erreur s'affiche après les lectures, répétez les six premières étapes.



Etape 8



Après les 7 jours de mesure, le symbole Docteur clignotera. N'oubliez pas d'emporter le WatchBP home avec vous lors de votre prochaine consultation médicale. (Nota : le symbole Docteur apparaît seulement en mode «DIAG.»).