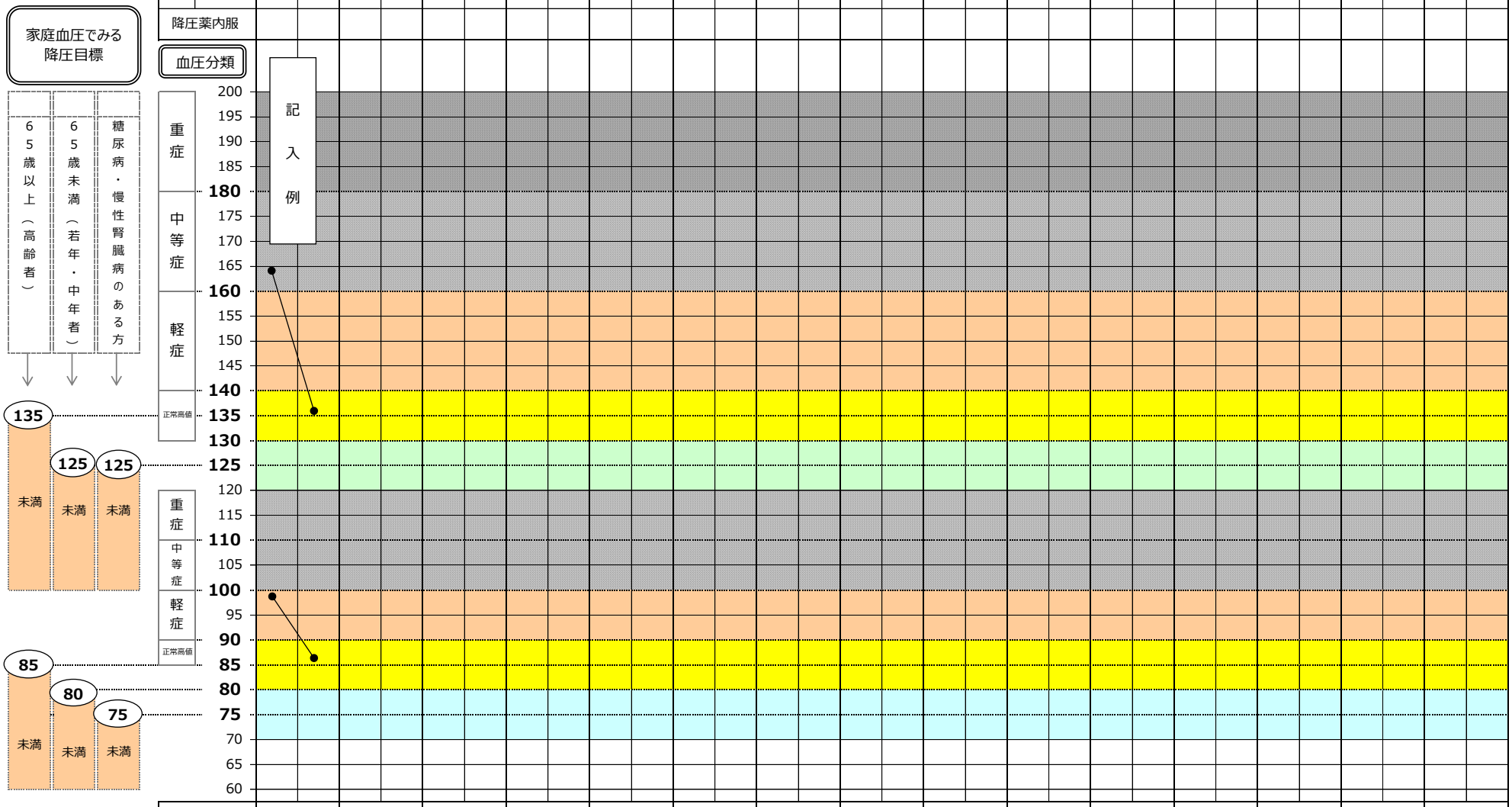
家庭血圧測定で血圧値を確認しましょう

健診データしっとくナビ
血管病の発症リスクや改善が必要な生活習慣を知りましょう
http://www.shittoku-navi.com/

測定日		/		/		/		/		/		/		/		/		/		/		/		/		/		/		/	
		朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜
測定時間																															
血圧値	収縮期	164	136																												
	拡張期	98	86																												
降圧薬内服																															
体　重（kg）																															
メ　モ																															



高血圧治療ガイドライン
2009
日本高血圧学会