

\_\_\_\_\_  
年 月

\_\_\_\_\_  
姓名： 编号：

# 血压日记

SIMPLE 高血压管理项目

童心堂



上海市第十人民医院  
SHANGHAI TENTH PEOPLE'S HOSPITAL  
同济大学附属第十人民医院



上海第十人民医院：上海市延长中路 301 号

在使用过程中，如您遇到问题，请咨询医生

## 第一周

测量日期	清晨/上午		睡前/下午	
	测量次数/时间	收缩压(高压) /舒张压(低压)/心率	测量次数/时间	收缩压(高压) /舒张压(低压)/心率
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____

## 第二周

测量日期	清晨/上午		睡前/下午	
	测量次数/时间	收缩压(高压) /舒张压(低压)/心率	测量次数/时间	收缩压(高压) /舒张压(低压)/心率
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____
____年__月__日	第 1 次测量/__:	____/____/____	第 1 次测量/__:	____/____/____
	第 2 次测量/__:	____/____/____	第 2 次测量/__:	____/____/____