**RELEVÉ D’AUTOMESURE TENSIONNELLE**

Nom et Prénom :

Période du relevé : du au

Traitement :

**La règle des** 3 mesures :

**• La tension artérielle est mesurée** 3 fois le matin **au début du petit-déjeuner avant toute prise de médicaments et** 3 fois le soir **avant le coucher (avec un intervalle de 2 minutes entre chaque mesure) ;**

**• Pendant** 3 jours consécutifs.

**Modalités de mesure de la tension : en position assise, après 5 minutes de repos.**

Inscrivez tous les chiffres **qui apparaissent sur l’écran du tensiomètre pour la pression systolique et diastolique**.



**Moyenne Systolique :**

**Moyenne Diastolique :**