cpacs cosmo health center

बिरामीको रक्तचाप लग

नाम: _____

रक्तचाप लक्ष्य: _____

निर्देशनहरू:

- हरेक दिन लगभग एकै समयमा दुई नाप लिनुहोस्।
- आराम, शान्त वातावरणमा बस्नुहोस्। बस्दा आफ्नो खुट्टा भुइँमा समतल राख्न नबिर्सनुहोस्।.
- आफ्नो रक्तचाप यसरी रेकर्ड गर्नुहोस्: Sys/Dia

मिति	बिहान	दिउँसो

मिति	बिहान	दिउँसो