



- ПЕДИАТР
- ТЕРАПЕВТ
- ОТОРИНОЛАРИНГОЛОГ
- ГАСТРОЭНТЕРОЛОГ
- НЕВРОЛОГ
- ДЕРМАТОЛОГ
- ЭНДОКРИНОЛОГ
- КАРДИОЛОГ
- АКУШЕР-ГИНЕКОЛОГ
- РЕВМАТОЛОГ
- ПСИХИАТР
- ПСИХОЛОГ
- ПСИХОТЕРАПЕВТ
- АЛЛЕРГОЛОГ-ИММУНОЛОГ
- КОЛОПРАКТОЛОГ
- ОРТОПЕД-ТРАВМАТОЛОГ



АНАЛИЗЫ

результаты в день обращения



УЗИ, ЭКГ, СМАД, ХОЛТЕР

0+, без возрастных ограничений



ВАКЦИНАЦИЯ

импортными и отечественными вакцинами

ДНЕВНИК АД (АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ)

Ленинский пр-т, 34 / ул. Беговая, 2/3

+7 (473) 280-280-5

NEPLACEBO.RU

ФИО: _____

Дата рождения: _____

Прибор (каким тонометром измеряли: механический или электронный, марка): _____

| Дата | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|------|-------|------|-------|------|-------|------|-------|------|-------|------|-------|------|-------|
| | утро | вечер | утро | вечер | утро | вечер | утро | вечер | утро | вечер | утро | вечер | утро | вечер |
| Время | | | | | | | | | | | | | | |
| Систолическое АД | | | | | | | | | | | | | | |
| Диастолическое АД | | | | | | | | | | | | | | |
| Пульс | | | | | | | | | | | | | | |

До измерения АД:

- за 30 мин до измерения АД не следует курить, заниматься физическими нагрузками, употреблять пищу или кофеинсодержащие напитки;
- следует освободить мочевой пузырь;
- необходимы минимум 5 мин отдыха в положении сидя в комфортной обстановке.

Используйте электронный автоматический тонометр с манжетой, соответствующей окружности Вашего плеча

- 1** Измеряйте уровень АД
 - а. Утром и вечером в одно и то же время
 - б. До приема медикаментов
 - в. После 5-минутного отдыха
- 2** Выполняйте минимум 2 последовательных измерения АД с интервалом в 1 минуту
- 3** Результаты измерений запишите в дневник самоконтроля.
 - а. Перед плановым визитом к врачу за 7 дней (минимум за 3 дня) или после изменения терапии
 - б. Длительное наблюдение – измеряйте уровень Вашего АД 1-2 раза в неделю или месяц