

7 Day Recording Sheet Self-Measured Blood Pressure Monitoring

Name _____

Date _____

Day 1

MORNING ☀

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

EVENING 🌙

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

Day 2

MORNING ☀

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

EVENING 🌙

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

Day 3

MORNING ☀

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

EVENING 🌙

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

Day 4

MORNING ☀

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

EVENING 🌙

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

Day 5

MORNING ☀

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

EVENING 🌙

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

Day 6

MORNING ☀

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

EVENING 🌙

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

Day 7

MORNING ☀

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

EVENING 🌙

1	SYS	DIA
PULSE		

2	SYS	DIA
PULSE		

NOTES

PRACTICE ADDRESS

PHONE

EMAIL

PATIENT PORTAL

NEXT APPOINTMENT DATE & TIME

Diagnostic SMBP, measure for 7 consecutive days

Confirmed hypertension, measure for 7 consecutive days prior to next office visit

Report Back Results By

- Phone
- Patient portal
- Bring back device or written log
- Other

If your blood pressure measurement is:

MORE THAN

SYS	DIA
-----	-----

Your blood pressure is high.

Recheck in 5 minutes. If it remains in this range, call your physician immediately.

BETWEEN

SYS	DIA	&	SYS	DIA
-----	-----	---	-----	-----

This is the desired range for your blood pressure.

Please continue to monitor your blood pressure as you have been instructed by your care team.

LESS THAN

SYS	DIA
-----	-----

Your blood pressure is low.

Recheck in 5 minutes. If it remains in this range, call your physician immediately.

INSTRUCTIONS: If at any time you feel light headed or have a headache, check your blood pressure and call the office immediately.

Hoja de registro de 7 días Monitoreo auto-medido de la presión arterial

Nombre

Fecha

Día 1

MAÑANA ☀

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

NOCHE 🌙

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

Día 2

MAÑANA ☀

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

NOCHE 🌙

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

Día 3

MAÑANA ☀

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

NOCHE 🌙

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

Día 4

MAÑANA ☀

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

NOCHE 🌙

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

Día 5

MAÑANA ☀

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

NOCHE 🌙

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

Día 6

MAÑANA ☀

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

NOCHE 🌙

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

Day 7

MAÑANA ☀

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

NOCHE 🌙

1	Sistólica	Diastólico
Pulso		

2	Sistólica	Diastólico
Pulso		

Notas

Dirección de práctica médica

Teléfono

Correo electrónico

Portal del paciente

Próxima fecha de la cita y hora

Diagnóstico SMBP, medida por,
7 días consecutivos

Hipertensión confirmada,
medir durante 7 días consecutivos
antes de la próxima visita a la oficina

Reporte sus resultados por

- Teléfono
- Portal del paciente
- Traiga de vuelta el dispositivo o el registro escrito
- Otro

Si su medición de presión es:

Más que

Sistólica	Diastólico
-----------	------------

Entre

Sistólica	Diastólico
-----------	------------

Sistólica	Diastólico
-----------	------------

Menos que

Sistólica	Diastólico
-----------	------------

Su presión arterial es alta.

Vuelva a chequear en 5 minutos. Si permanece dentro de este rango, llame a su médico inmediatamente.

Este es el rango deseado para su presión arterial.

Continúe monitoreando su presión arterial según lo haya indicado su equipo de atención médica.

Su presión arterial es baja.

Vuelva a chequear en 5 minutos. Si permanece dentro de este rango, llame a su médico inmediatamente.

Instrucciones: Si en algún momento se siente mareado o tiene dolor de cabeza, revise su presión arterial y llame a la oficina de inmediato.