

## Dzienniczek ciśnienia

Imię i nazwisko

## Leki i dawki

Mierz po 5 minutach siedzenia, ręka na wysokości serca. Rano przed lekami i śniadaniem, wieczorem przed kolacją.

[illegible]

Wygodniej w telefonie: aplikacja „Dzienniczek ciśnienia i cukru” na iPhone'a liczy średnie i składa raport PDF dla lekarza.

[dszewczyk.me/dzienniczek-cisnienia/pl/](https://dszewczyk.me/dzienniczek-cisnienia/pl/)

App Store

