



Comment prendre la pression artérielle
de façon digitale pour le
MMM17



15 minutes avant que la pression artérielle du participant ne soit prise, il ne doit pas avoir...

FUME



BU D'ALCOOL



CONSOMME DE BOISSON CAFFENINEE*

***Cela inclus les boissons au cola et d'autres boissons gazeuses tel que le Red Bull, ainsi que le thé et le café.**



**La posture de la personne est importante.
Le participant doit s'asseoir sur une chaise avec un dossier.**



Le coude du participant doit être posé sur la table, au niveau du cœur. Vous pouvez utiliser les deux bras mais il serait préférable d'utiliser le bras gauche.



Les jambes du participant ne doivent pas pendre ou être croisées et doivent être droites, les pieds au sol.



La taille de l'appareil automatique doit faire 80% de la circonférence de la partie supérieure du bras. Les personnes plus larges, musclées avec des bras à circonférence plus grande auront besoin d'un bracelet plus large.



**Positionnez la partie basse du bracelet à 2,5cm
au dessus du pli du coude.
Fermez le bracelet et attachez le Velcro.**

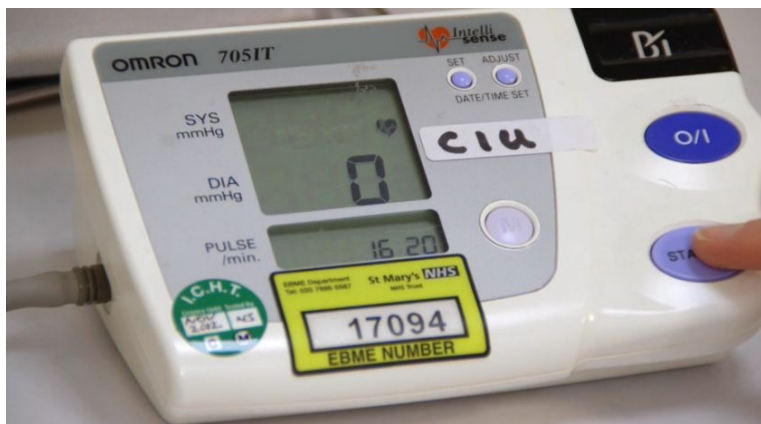
Laissez ensuite le participant se reposer pendant CINQ MINUTES avec le bracelet attaché à son bras avant de prendre les premières mesures.

Ne parlez pas au participant. Il ne devra pas parler à d'autres participants ou se lever de sa chaise.



Après que le participant soit resté assis pendant cinq minutes...

Allumez la machine automatique...



... et commencez à prendre la première mesure de la pression artérielle.



Le bracelet gonflera puis dégonflera avant que la machine ne montre

Les lectures systoliques

Les lectures diastoliques

... et la fréquence cardiaque



Enregistrez les lectures systoliques, diastoliques et la fréquence cardiaque sur l'application des MMMM.

Si vous ne pouvez pas accéder à l'application, vous complèterez le document fourni. Vous pouvez faire cela hors ligne sur un ordinateur ou une tablette ou sur une copie du document.

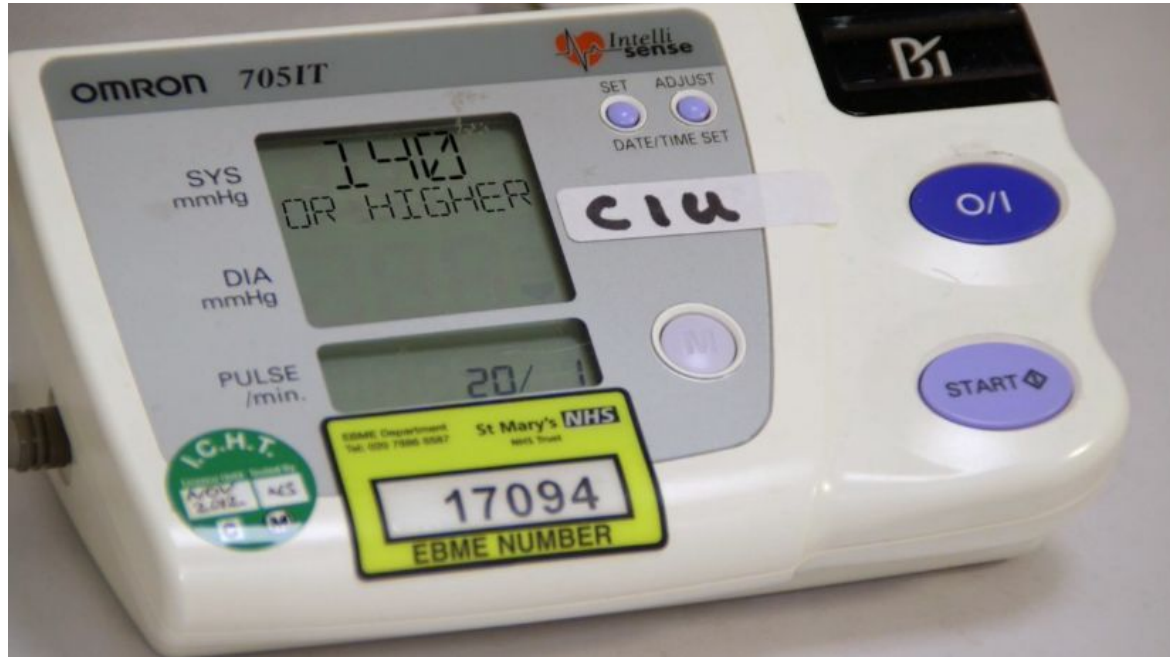
Vous pouvez trouver l'app et le document à cette adresse:

www.maymeasure.com

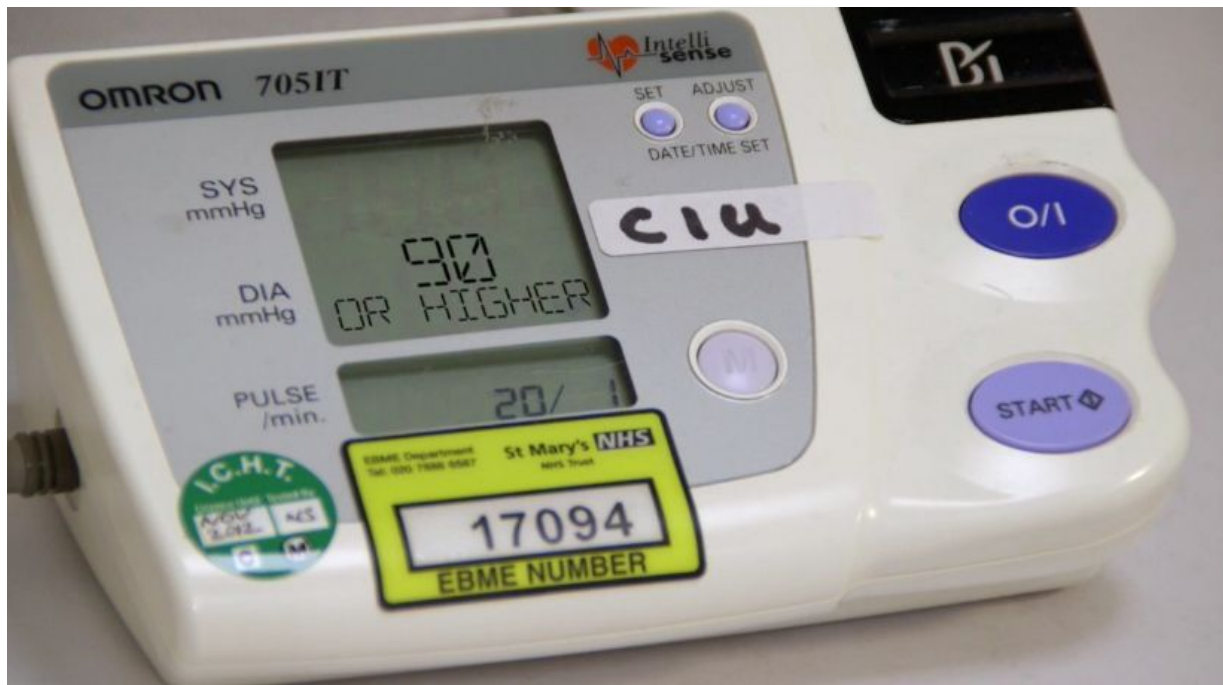


Prenez ensuite deux lectures de la pression artérielle et enregistrez-les en utilisant l'app des MMM17 ou le document. Le participant devra rester tranquille pendant une minute entre la première Et la seconde lecture.

Après avoir pris les trois mesures et en avoir pris notes dans l'app ou le document, retirez le bracelet pour terminer le processus.



Si la mesure SYSTOLITIQUE est de 140 ou plus entre la première et la troisième lecture que vous venez de prendre, le participant a une pression artérielle élevée (de l'hypertension).



Si la mesure DIASTOLOTIQUE est de 90 ou plus entre la première et la troisième lecture que vous venez de prendre, le participant a une pression artérielle élevée.

**Si le participant a une pression artérielle élevée,
fournissez-lui une copie des Dis meilleurs conseils
Ten Top Tips des MMM17 et expliquez-lui ce que ses
résultat signifie en utilisant la fiche
d'information sur l'hypertension.**

Cette étape dépendra du matériel des MMM17 que vous utilisez sur votre site de dépistage...

Vous pouvez enregistrer ses lectures sur une carte des MMM17 pour qu'il puisse la partager avec son médecin.



www.maymeasure.com

International Society of Hypertension, 8 Waldegrave Rd, Teddington, TW11 8HT, UK