自分の降圧目標と血圧値の記録表

※この様式は米原市公式ウェブサイトからもダウンロードできます。
http://www.city.maibara.lg.jp/

No.

測定日	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
測定時間	朝 夜	朝 夜	朝 夜	朝 夜	朝 夜	朝 夜	朝 夜	朝 夜	朝 夜	朝 夜	朝 夜	朝 夜	朝 夜
収縮期血圧													
拡張期血圧													
血圧分類													
体重（kg）													
腹囲径（cm）													

降圧目標

年齢・疾患の有無で目標値が変わります

- 65歳以上の高齢者
- 65歳未満の若・中年者
- 糖尿病・慢性腎臓病（CKD）
- 腎疾患（尿蛋白2＋以上）

140 未満
130 未満
130 未満
125 未満
90 未満
85 未満
80 未満
75 未満

血圧分類：重症 / 中等症 / 軽症

200 195 190 185 180 175 170 165 160 155 150 145 140 135 130 125 120 115 110 105 100 95 90 85 80 75 70 65 60