

اختيار جهاز قياس ضغط الدم المنزلي

لا تدفع الكثير من شركات التأمين لقاء أجهزة قياس ضغط الدم المنزلية على الرغم من أهميتها في فهم صحتك. إليك بعض النصائح لكيفية اختيار جهاز القياس المناسب لك.

- تجنب أجهزة القياس التي توضع في المعصم
- استخدم شريط قياس من القماش يطوّق الجزء العلوي من الذراع، متوسطًا المسافة بين الكوع والكتف، واختر مقياس السوار المناسب بناءً على هذا القياس
- اشتر جهازًا معتمدًا لضمان الحصول على قياسات دقيقة
- غلر أجهزة القياس لا يعني أفضليتها
- إذا كان لديك جهاز غير معتمد، فاتصل بطبيبك لزيارة إحدى ممرضاتنا لمقارنة جهازك بأحد أجهزة العيادة المصرح بها
- عليك قياس ضغط الدم مرتين كل صباح ومرتين كل مساء، من 3 إلى 7 أيام في الأسبوع، وسجل القراءات في سجل ضغط الدم لمراجعتها مع طبيبك

الأجهزة المقترحة

المصدر: validatebp.org

الماركة	الاسم	رقم الطراز	الصورة	مقاسات السوار	السعر (اعتبارًا من ديسمبر 2022)	مكان الشراء (اعتبارًا من ديسمبر 2022)
OMRON	3Series®	BP7100 HEM-7311		للبالغين (سم 42-22)	34.52 دولارًا - 55.50 دولارًا	https://bit.ly/omron3series
Welch Allyn	Welch Allyn Home® Blood Pressure Monitor, 1700 Series	H-BP100SBP		قياسي (سم 42-22) مقاس XL (سم 54-40) مقاس XS (سم 24-15)	99.99 دولارًا	https://bit.ly/welchallyn1700
GreaterGoods	Greater Goods BP	،0604 ،0040 0664		قياسي (سم 42-22)	39.95 دولارًا - 67.88 دولارًا	https://bit.ly/greatergoodsbp

الأجهزة المذكورة سابقًا ليست سوى اقتراحات، ويوجد العديد من الأجهزة المعتمدة التي يمكنك استخدامها. اطلع على المزيد عن أجهزة قياس ضغط الدم المنزلية المعتمدة عبر الرابط validatebp.org.