

使用腕套 测量血压*

自测血压



* 当无法使用上臂袖套时, 可使用经验证的腕部装置估测血压。¹



正确摆放前臂

位置以进行腕部血压测量

1. 应用腕部装置
2. 肘部放在检查台或桌上, 前臂弯曲
3. 将手腕置于心脏高度
4. 保持手臂放松, 手靠在身体上
5. 测量腕部血压, 不要将手臂从坐位移开

前臂位置不正确²



手腕高于
心脏高度



前臂处于
水平位置



前臂垂直且
靠近身体

1. Nerenberg K et al. 加拿大高血压学会的成人和儿童高血压诊断、风险、评估、预防和治疗 2018 指南。CJC. [www.onlinecjc.ca/article/S0828-282X\(18\)30183-1/fulltext](http://www.onlinecjc.ca/article/S0828-282X(18)30183-1/fulltext). 访问日期: 2018 年 4 月 24 日。

2. Casiglia et al. 家中腕部血压自测的可靠性差: 一项基于人群的研究。Hypertension. <http://hyper.ahajournals.org/content/early/2016/08/22/HYPERTENSIONAHA.116.07961>. 访问日期: 2018 年 4 月 24 日。

内容提供方



该资源是质量改进计划 AMA MAP BP™ 的一部分。使用单个 AMA MAP BP 工具或资源或其子集并不构成实施此计划。AMA MAP BP 包括来自 AMA 高血压专家的指导, 已被证明可将 BP 控制率提高 10 个百分点, 并维持结果。