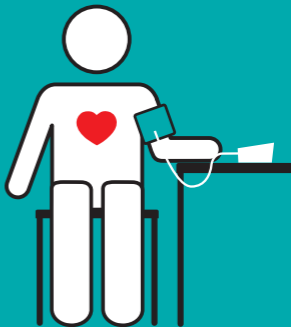


# Einfach einen Termin vereinbaren

für Ihre standardisierte  
Blutdruckmessung



Kommen Sie gerne am .....

um ..... Uhr.

Falls Sie den Termin nicht wahrnehmen können, geben Sie uns bitte rechtzeitig Bescheid. Vielen Dank.

# Bei der Blutdruckmessung zu Hause sollten Sie

- ... möglichst immer zur gleichen Zeit messen.
- ... einige Minuten vor der Messung zur Ruhe kommen (keine körperliche Anstrengung vor der Messung).
- ... eine entspannte Sitzhaltung einnehmen und sich mit dem Rücken anlehnen.
- ... Ablenkung durch Reden, Radio etc. vermeiden.
- ... Ergebnisse, Datum und Uhrzeit dokumentieren.

Apothekenstempel

**Einfach verstehen.**

[www.lapharma.de](http://www.lapharma.de)



A Sandoz Brand

1A0089 MLR-286386-05/2023