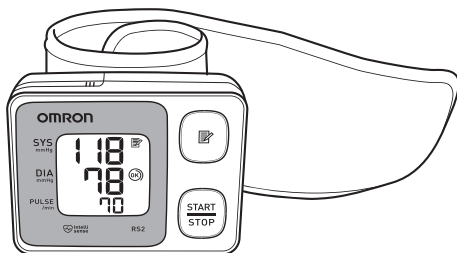


Poštovani korisniče,



Hvala Vam što ste kupili OMRON RS2 digitalni aparat za merenje krvnog pritiska i pulsa na članku ruke.

OMRON RS2 je kompaktan aparat za merenje krvnog pritiska s jednostavnom upotrebom, koji radi na principu oscilometra. Aparat meri Vaš krvni pritisak i brzinu pulsa jednostavno i brzo. Aparat koristi naprednu „IntelliSense“ tehnologiju za udobno kontrolisano pumpanje bez neophodnog prethodnog podešavanja pritiska ili dopumpavanja.

Namena

Ovaj proizvod je koncipiran za merenje krvnog pritiska i brzine pulsa osoba kojima odgovara obim manžetne za zglob, prateći smernice date u ovom uputstvu za upotrebu. Uglavnom je namenjen za opštu kućnu upotrebu. Pre korišćenja aparata pročitajte poglavlje „Važne bezbednosne informacije“ u ovom uputstvu za upotrebu.



Molimo Vas da pre korišćenja aparata detaljno pročitate ovo uputstvo za upotrebu. Sačuvajte ga kao podsetnik u budućnosti. **Za konkretne informacije o svom krvnom pritisku OBRATITE SE LEKARU.**

Želimo Vam dobro zdravlje i sve najbolje u budućnosti.

Sa prijateljskim pozdravima,
PRIZMA, Kragujevac

Sadržaj

Važne bezbednosne informacije	3
1. Opšti pregled	5
2. Priprema	6
2.1 Postavljanje/zamena baterija	6
3. Korišćenje aparata	7
3.1 Postavljanje manžetne	7
3.2 Kako da pravilno sednete	8
3.3 Merenje	9
3.4 Korišćenje funkcije memorije	12
4. Rešavanje problema i održavanje	13
4.1 Simboli i poruke o greškama	13
4.2 Rešavanje problema	14
4.3 Održavanje	15
5. Tehnički podaci	17
6. Neke korisne informacije o krvnom pritisku	20

Važne bezbednosne informacije

Posavetujte se sa svojim lekarom pre upotrebe u trudnoći ili ukoliko imate ustanovljenu aritmiju ili arteriosklerozu.

Molimo Vas da pre upotrebe aparata pažljivo pročitate ovaj odeljak.

Upozorenje:

- Ukazuje na potencijalno opasnu situaciju koja, ako se ne izbegne, može da dovede do smrti ili ozbiljne povrede.

(Opšta upotreba)

 Uvek se posavetujte sa svojim lekarom. Samostalno postavljanje dijagnoze na osnovu rezultata merenja i samostalno lečenje su opasni.

- Osobe koje imaju ozbiljne probleme sa krvotokom ili krvne poremećaje trebalo bi da se posavetuju sa lekarom pre upotrebe aparata jer pumpanje manžetne može da dovede do unutrašnjeg krvarenja.

(Upotreba baterija)

- Ako Vam tečnost iz baterija dospe u oči, odmah je isperite sa puno čiste vode. Odmah se posavetujte sa lekarom.

Pažnja:

- Ukazuje na potencijalno opasnu situaciju koja, ako se ne izbegne, može da dovede do manje ili umerene povrede korisnika ili pacijenta ili do oštećenja opreme ili ostale imovine.

(Opšta upotreba)

- Ne ostavljajte aparat bez nadzora sa decom ili osobama koje ne mogu da daju svoj pristanak.
- Nemojte koristiti aparat ni u jednu drugu svrhu osim za merenje krvnog pritiska.

- Nemojte koristiti mobilni telefon ni ostale uređaje koji emituju elektromagnetno polje u blizini aparata. To može da dovede do nepravilnog rada aparata.
- Nemojte rasklapati aparat ili manžetnu za zglob.
- Nemojte koristiti aparat u vozilu koje je u pokretu (automobil, avion).

(Upotreba baterija)

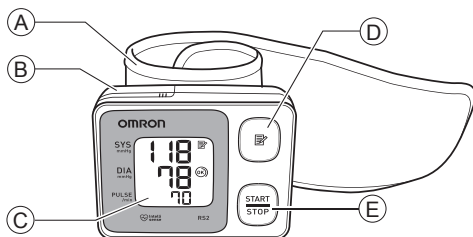
- Ako Vam tečnost iz baterija dospe na kožu ili odeću, odmah je isperite sa dosta čiste vode.
- Sa ovim aparatom koristite samo dve „AAA“ alkalne baterije (LR03). Nemojte koristiti druge vrste baterija.
- Nemojte ubacivati baterije sa nepravilno okrenutim polaritetima.
- Stare baterije odmah zamenite novim. Zamenite istovremeno obe baterije.
- Izvadite baterije ukoliko aparat nećete koristiti tri meseca ili duže.
- Nemojte zajedno koristiti nove i korišćene baterije.

Opšte mere predostrožnosti

- Nemojte izlagati aparat jakim udarcima i vibracijama i nemojte ga ispustiti.
- Nemojte vršiti merenje nakon kupanja, konzumiranja alkohola ili kofeina, pušenja, vežbanja ili uzimanja hrane.
- Nemojte pumpati manžetnu za zglob kada Vam nije omotana oko zgloba.
- Pročitajte i držite se uputstava iz „Važne napomene o elektromagnetnoj kompatibilnosti (EMK)“ u odeljku Tehnički podaci.
- Pročitajte i držite se uputstava iz „Pravilno odlaganje ovog proizvoda“ u odeljku Tehnički podaci prilikom odlaganja aparata i bilo kog korišćenog pribora ili opcionih delova.

1. Opšti pregled

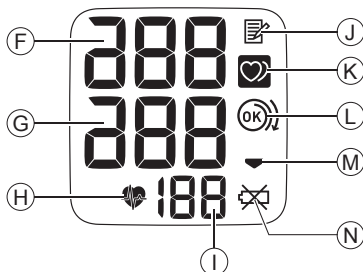
Glavni aparat:



- A Manžetna za zglob
B Odeljak za baterije
C Ekran

- D Taster memorije (📄)
E Taster START/STOP

Ekran:



- F Sistolni krvni pritisak
G Dijastolni krvni pritisak
H Simbol otkucaja srca
1. Trepti tokom merenja
2. Ako trepti nakon završetka merenja ili tokom prikazivanja rezultata sačuvanih u memoriji, ukazuje na krvni pritisak koji je izvan preporučenog opsega*.
I Prikaz pulsa i broj u memoriji

- J Simbol za memoriju
K Simbol za nepravilne otkucaje srca
L Uputstvo za omotavanje trake
M Simbol za izduvavanje
N Simbol za slabu bateriju

* Napomena: Ako Vam je sistolni ili dijastolni pritisak izvan standardnog opsega (iznad 135/85 mmHg), simbol otkucaja srca (📄) će treperiti. Pogledajte odeljak 3.3.

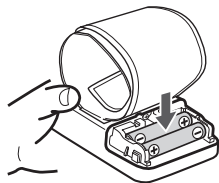
2. Priprema

2.1 Postavljanje/zamena baterija

1. Uklonite poklopac odeljka za baterije.



2. Ubacite dve „AAA“ alkalne (LR03) baterije od 1,5 V kao što je naznačeno i ponovo postavite poklopac odeljka za baterije.



Napomene:

- Ako se na ekranu pojavi simbol za slabu bateriju (), isključite aparat i zamenite obe baterije istovremeno.
 - Izmerene vrednosti ostaju zabeležene u memoriji čak i pošto se baterije zamene.
-  Odlaganje iskorišćenih baterija treba izvršiti u skladu sa državnim propisima za odlaganje baterija.

3. Korišćenje aparata

3.1 Postavljanje manžetne

Nemojte postavljati preko odeće.

1. Postavite manžetnu za zglob preko zgloba.

Dlan treba da Vam bude okrenut nagore.

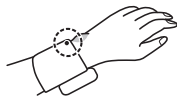


2. Omotajte manžetnu za zglob oko zgloba.

Manžetnu za zglob čvrsto omotajte oko zgloba na ispravan način.



Manžetna za zglob ne sme da prekriva ispupčeni deo zglobne kosti (ulna) na spoljašnjem delu zgloba.

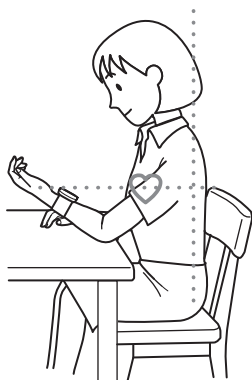


Napomena: Merenje možete obaviti bilo na levom, bilo na desnom zglobu.



3.2 Kako da pravilno sednete

Da biste obavili merenje, treba da budete opušteni i da udobno sedite na prijatnoj sobnoj temperaturi. Izbegavajte 30 minuta pre merenja da se kupate, konzumirate alkohol ili kofein, pušite, vežbate ili uzimate hranu.



- Sedite na stolicu stopala položenih na pod.
 - Sedite uspravno pravih leđa.
 - Manžetna treba da bude u istom nivou kao srce.
-
- Zglob i šaka treba da Vam budu opušteni. Nemojte savijati zglob napred ili unazad, niti stezati pesnicu.

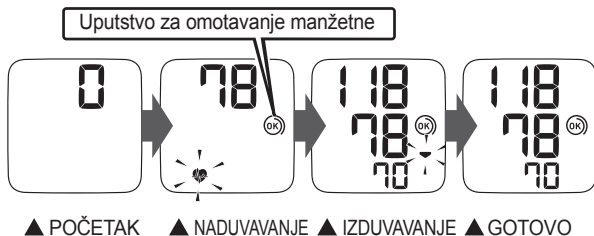


3.3 Merenje

Napomene:

- Da biste otkazali merenje, pritisnite taster START/STOP u bilo kom trenutku tokom merenja.
- Budite mirni dok obavljate merenje.

1. Pritisnite taster START/STOP. Na ekranu se pojavljuju svi simboli. Manžetna će automatski početi da se napumpava.



Uputstvo za omotavanje manžetne

Uputstvo za omotavanje manžetne je jedinstvena funkcija koja pokazuje ako manžetna nije dovoljno čvrsto omotana oko zgloba. Čak i kada je prikazana oznaka (OK), krvni pritisak će biti izmeren.

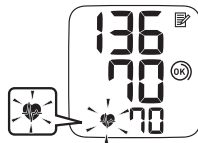
Napomena: Ovaj rezultat NIJE pouzdan zbog nepravilnog omotavanja manžetne. Ponovo omotajte manžetnu, potrudite se da to uradite ispravno i ponovo izmerite pritisak. Kada se prikaže (OK), manžetna je dovoljno dobro stegnuta na zglobu i rezultat je tačan i pouzdan.

2. Skinite manžetnu za zglob i sklonite aparat.
3. Pritisnite taster START/STOP da biste isključili aparat.
Aparat automatski memoriše rezultat merenja u memoriji. Automatski će se isključiti za dva minuta.

Važno:

- Ako Vam je sistolni ili dijastolni pritisak izvan standardnog opsega, simbol otkucaja srca će treperiti kada se prikaže rezultat merenja.

Nedavna istraživanja pokazuju da se sledeće vrednosti mogu koristiti kao pokazatelj visokog krvnog pritiska za merenja obavljena kod kuće.



Sistolni krvni pritisak	Iznad 135 mmHg
Dijastolni krvni pritisak	Iznad 85 mmHg

Ova merila se odnose na kućno merenje krvnog pritiska.

- Aparat za merenje krvnog pritiska obuhvata funkciju za nepravilne otkucaje srca. Nepravilni otkucaji srca mogu da utiču na rezultate merenja. Algoritam za nepravilne otkucaje srca automatski utvrđuje da li je merenje upotrebljivo ili ga treba ponoviti. Ako nepravilni otkucaji srca utiču na rezultate merenja, ali je rezultat validan, on se prikazuje zajedno sa simbolom za nepravilne otkucaje srca (♥).



Ako merenje nije validno zbog nepravilnih otkucaja srca, ne prikazuje se nikakav rezultat. Ako se nakon merenja prikaže simbol za nepravilne otkucaje srca (♥), ponovite merenje.

Ako se simbol za nepravilne otkucaje srca (♥) često pojavljuje, obavestite svog lekara.

Napomene:

- Sačekajte 2 - 3 minuta pre obavljanja sledećeg merenja krvnog pritiska. Pauza između merenja omogućava arterijama da se vrate u stanje u kojem su bile pre merenja krvnog pritiska.
- Krvni pritisak može da se razlikuje na desnoj i levoj ruci, zbog čega i izmerene vrednosti krvnog pritiska mogu biti različite. PRIZMA preporučuje da za merenje uvek koristite istu ruku. Ako se vrednosti između dve ruke znatno razlikuju, proverite sa svojim lekarom koju ruku treba da koristite za merenje.

 Upozorenje:

**Samostalno postavljanje dijagnoze na osnovu izmerenih rezultata i samostalno lečenje je opasno. Molimo Vas da poštu-
jete uputstva svog lekara.**

3.4 Korišćenje funkcije memorije

Aparat automatski čuva do 30 rezultata merenja (krvnog pritiska i pulsa). Ako je memorija puna, aparat će izbrisati najstarije rezultate.

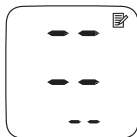
Prikazivanje rezultata koji se čuvaju u memoriji

1. Pritisnite taster .

Broj u memoriji se prikazuje na sekundu pre prikaza brzine pulsa. Poslednji rezultat merenja ima broj „1“.



Napomena: Ako u memoriji nema sačuvanih rezultata merenja, prikazuje se ekran sa desne strane.



2. Pritiskajte taster  više puta uzastopno da biste prikazali rezultate sačuvane u memoriji.

Brisanje svih rezultata zabeleženih u memoriji

Kada se pojavi simbol za memoriju () , prvo pritisnite taster  . Držite ga i istovremeno pritisnite taster START/STOP u trajanju od 2 - 3 sekunde.



Napomena: Nije moguće delimično izbrisati memorisane rezultate.

4. Rešavanje problema i održavanje

4.1 Simboli i poruke o greškama

Simbol greške	Uzrok	Rešenje
	Otkriveni su nepravilni otkucaji srca.	Skinite manžetnu. Sačekajte 2-3 minuta i ponovite merenje. Ponovite korake iz odeljka 3.3. Ako se ova greška bude i dalje javljala, obratite se lekaru.
 treperi	Baterije su na izmaku.	Potrebno je da ih zamenite novim baterijama pre nego što se isprazne. Pogledajte odeljak 2.1.
 svetli	Baterije su ispražnjene.	Potrebno je da ih odmah zamenite novim baterijama. Pogledajte odeljak 2.1.
E1	Manžetna nije pravilno postavljena.	Pravilno postavite manžetnu. Pogledajte odeljak 3.1.
E3	Pomeranje u toku merenja.	Ponovite merenje. Ostanite mirni i ne govorite u toku merenja. Pogledajte odeljak 3.3.
E4		
E5	Manžetna nije pravilno postavljena ili ste se pomerali u toku merenja.	Pravilno postavite manžetnu, ponovite merenje i tokom merenja budite mirni i nemojte pričati. Pogledajte odeljke 3.1 i 3.3.
Er	Aparat je neispravan.	Obratite se maloprodajnom objektu ili servisu kompanije PRIZMA.

Napomena: Sa porukama o grešci može da bude prikazan i simbol za nepravilne otkucaje srca ().

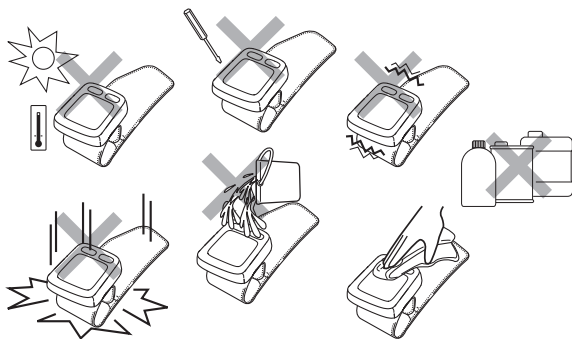
4.2 Rešavanje problema

Problem	Uzrok	Rešenje
Rezultati su izuzetno niski ili visoki.	Manžetna nije u nivou srca.	U toku merenja budite u pravilnom položaju. Pogledajte odeljak 3.2.
	Manžetna nije čvrsto omotana oko zgloba.	Pravilno omotajte manžetnu. Pogledajte odeljak 3.1.
	Nisu Vam opuštene ruke i ramena.	Opustite se i ponovite merenje. Pogledajte odeljak 3.3.
	Pokreti ili govor u toku merenja.	Ostanite mirni i ne govorite u toku merenja. Pogledajte odeljak 3.3.
Pritisak u manžetni ne raste.	Manžetna ispušta vazduh.	Posavetujte se sa prodavcem ili distributerom kompanije PRIZMA.
Manžetna se prebrzo ispušćava.	Manžetna je previše labava.	Postavite manžetnu pravilno tako da bude čvrsto omotana oko zgloba. Pogledajte odeljak 3.1.
Krvni pritisak je svaki put različit. Rezultati su izuzetno niski ili visoki.		Rezultati merenja krvnog pritiska stalno se menjaju u zavisnosti od doba dana i u zavisnosti od toga koliko ste opušteni. Nekoliko puta duboko udahnite i pokušajte da ostanete opušteni pre merenja.
Aparat gubi snagu u toku merenja.	Baterije su ispražnjene.	Zamenite baterije novim. Pogledajte odeljak 2.1.
Ništa se ne dešava kada pritiskate tastere.	Baterije su nepravilno ubačene.	Ubacite baterije tako da polaritet bude pravilan (+/-). Pogledajte odeljak 2.1.
Ostali problemi.	• Pritisnite taster START/STOP i ponovite merenje. • Zamenite baterije novim. Ako problem ni na taj način ne bude rešen, obratite se maloprodajnom objektu ili servisu kompanije PRIZMA.	

4.3 Održavanje

Da biste zaštilili aparat od oštećenja, pridržavajte se sledećeg:

- Nemojte izlagati glavni aparat i manžetnu ekstremnim temperaturama, vlažnosti, vlazi ili direktnoj sunčevoj svetlosti.
- Nemojte rastavljati aparat.
- Nemojte izlagati aparat jakim udarcima ili vibracijama (na primer, ispuštati aparat na pod).
- Nemojte koristiti isparljive tečnosti za čišćenje aparata.
- Nemojte prati manžetnu ili je potapati u vodu.
- Nemojte koristiti benzin, razređivače ili slične rastvarače za čišćenje manžetne.
- Nemojte sami obavljati bilo kakve popravke. Ako dođe do kvara, posavetujte se sa maloprodajnim ili veleprodajnim objektom kompanije OMRON kao što je navedeno na pakovanju.



- Aparat treba čistiti mekom, suvom krpom.
- Manžetnu čistite pomoću meke vlažne krpe i sapuna.
- Kada ga ne koristite, držite aparat u torbici za odlaganje.
- Savijte manžetnu i stavite je u torbicu za odlaganje.

Nemojte odlagati aparat u sledećim situacijama:

- Ako je aparat mokar.
- Na mesta izložena preterano visokim temperaturama, vlažnosti, direktnoj sunčevoj svetlosti, prašini ili korozivnim isparenjima.
- Mesta izložena vibracijama i udarcima ili mesta na kojima bi bio iskošen.

Baždarenje i održavanje

- Tačnost ovog aparata za merenje krvnog pritiska je pažljivo testirana i on je napravljen za dug vek trajanja.
- Uglavnom se preporučuje da aparat pregledate svake dve godine kako biste osigurali njegov ispravan rad i tačnost. Obratite se ovlašćenom prodavcu kompanije PRIZMA ili korisničkoj službi kompanije PRIZMA na adresu navedenu na pakovanju ili u priloženoj literaturi.

5. Tehnički podaci

Opis proizvoda	Digitalni aparat za merenje krvnog pritiska i pulsa na članku ruke
Model	OMRON RS2 (HEM-6121-E)
Ekran	LCD digitalni
Metod merenja	Oscilometrijski metod
Opseg merenja	Pritisak: od 0 do 299 mmHg Puls: od 40 do 180 otkucaja u minutu
Tačnost	Pritisak: ± 3 mmHg Puls: $\pm 5\%$ od rezultata na ekranu
Napumpavanje	Automatsko pumpanje pomoću pumpe
Ispumpavanje	Automatsko brzo ispuštanje
Memorija	30 rezultata merenja
Snaga	6V jednosmerne struje 4W
Izvor napajanja	2 „AAA“ alkalne (LR03) baterije od 1,5 V
Trajanje baterija	Približno 300 merenja sa novim alkalnim baterijama na sobnoj temperaturi od 23°C
Primenjeni deo	 = Tip B
Zaštita od strujnog udara	Medicinska električna oprema sa internim napajanjem
Radna temperatura/vlažnost	Od 10°C do 40°C/od 30 do 85% relativne vlažnosti
Temperatura/vlažnost/vazdušni pritisak za odlaganje	Od -20°C do +60°C/ od 10 do 95% relativne vlažnosti/ od 700 do 1060 hPa
Težina	Približno 101 g bez baterija
Spoljašnje dimenzije	Približno 78 (š) mm x 60 (v) mm x 21 (d) mm (bez manžetne)
Obim manžetne	od 13,5 do 21,5 cm
Materijal manžetne	Najlon i poliester
Sadržaj pakovanja	Aparat, torbica za odlaganje, komplet baterija, uputstvo za upotrebu, garantni list

Napomena: Podložno tehničkim izmenama bez prethodnog obaveštenja.

CE0197

- Ovaj aparat ispunjava odredbe direktive Evropske zajednice 93/42/EEZ (Direktiva o medicinskim uređajima).
- Ovaj aparat za merenje krvnog pritiska je izrađen u skladu s evropskim standardom EN1060, Neinvazivni sfigmomanometri – Deo 1: Opšti zahtevi i Deo 3: Dodatni zahtevi za elektromehaničke sisteme za merenje krvnog pritiska.
- Ovaj OMRON proizvod je proizveden uz primenu preciznog sistema za kontrolu kvaliteta kompanije OMRON HEALTHCARE Co. Ltd., Japan. Najbitniji deo OMRON uređaja – senzor pritiska – proizvodi se u Japanu.

Proizvođač		OMRON HEALTHCARE CO., LTD. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, Kyoto, 617-0002 JAPAN
EU-zastupnik		OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, HOLANDIJA www.omron-healthcare.com
Proizvodni pogon		OMRON (DALIAN) CO., LTD. Dalian, KINA
Predstavništva		OMRON HEALTHCARE UK LTD. Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes MK 15 0DG, United Kingdom
		OMRON Medizintechnik Handelsgesellschaft m.b.H. John-Deere-Str. 81a, 68163 Mannheim, NEMAČKA www.omron-medizintechnik.de
		OMRON SANTÉ FRANCE 14, rue de Lisbonne, F-93561 Rosny-sous-Bois Cedex, France
Predstavnik za Srbiju		PRIZMA Kumanovska 8, 34000 Kragujevac, Srbija www.prizma.rs

Važne napomene o elektromagnetnoj kompatibilnosti (EMK)

Usled povećane upotrebe elektronskih uređaja, kao što su računari i mobilni telefoni, medicinski aparati koji se trenutno koriste mogu biti podložni elektromagnetnim smetnjama koje potiču od drugih uređaja. Elektromagnetne smetnje mogu dovesti do neispravnog rada medicinskih aparata i situacija koje potencijalno nisu bezbedne.

Medicinski aparati takođe ne bi trebalo da ometaju druge uređaje.

Da bi se regulisali zahtevi za EMK (elektromagnetnu kompatibilnost) u cilju sprečavanja situacija koje nisu bezbedne za proizvode, primenjen je standard EN60601-1-2:2007. Ovaj standard definiše nivo otpornosti na elektromagnetne smetnje, kao i maksimalne nivoe elektromagnetnih emisija za medicinske aparate.

Ovaj medicinski aparat koji je proizvela kompanija OMRON HEALTHCARE, usklađen je sa ovim standardom EN60601-1-2:2007 kako u pogledu otpornosti, tako i u pogledu emisija.

Uprkos tome, potrebno je primenjivati posebne mere predostrožnosti:

- U blizini ovog medicinskog aparata ne koristite mobilne telefone ni druge uređaje koji stvaraju jaka električna ili elektromagnetna polja. To može da dovede do nepravilnog rada aparata i do situacije koja potencijalno nije bezbedna. Preporučuje se da zadržite minimalnu udaljenost od 7 m. U slučaju da je udaljenost manja, proverite da li aparat pravilno radi.

Dodatna dokumentacija u vezi sa standardom EN60601-1-2:2007 dostupna je u kompaniji OMRON HEALTHCARE EUROPE na adresi navedenoj u ovom uputstvu za upotrebu.

Dokumentacija je dostupna i na internet strani www.omron-healthcare.com.

**Pravilno odlaganje na otpad ovog proizvoda
(Električna i elektronska oprema za otpad)**

Ova oznaka prikazana na proizvodu ili u njegovoj literaturi, ukazuje da ga na kraju radnog veka ne treba uklanjati sa drugim kućnim otpadom.

Da biste sprečili moguće nanošenje štete životnoj sredini ili ljudskom zdravlju usled nekontrolisanog odlaganja otpada, odvojite ovaj proizvod od drugih tipova otpada i odgovorno ga reciklirajte kako biste pomogli održivu ponovnu upotrebu materijalnih resursa.

Kućni korisnici treba da se obrate prodavcu od kojeg su kupili ovaj proizvod ili lokalnoj državnoj službi da bi saznali detalje o tome gde i kako mogu da odnesu ovaj proizvod na reciklažu koja je bezbedna po životnu sredinu.

Poslovni korisnici treba da se obrate dobavljaču i provere uslove kupoprodajnog ugovora. Ovaj proizvod ne treba mešati s drugim komercijalnim otpadom namenjenim za bacanje.

6. Neke korisne informacije o krvnom pritisku

Šta je krvni pritisak?

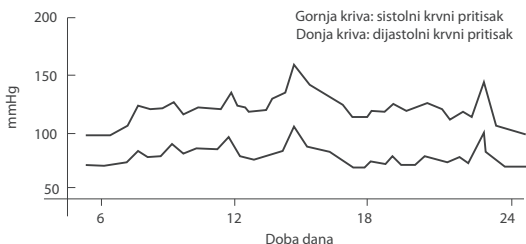
Krvni pritisak je mera sile koju vrši krv koja teče na zidove arterija. Arterijski krvni pritisak se neprekidno menja u toku trajanja srčanog ciklusa. Najviši pritisak u ciklusu se zove *sistolni krvni pritisak*; a najniži je *dijastolni krvni pritisak*. Da bi lekaru mogao da proceni stanje krvnog pritiska pacijenta, neophodni su rezultati oba pritiska, *sistolnog* i *dijastolnog*.

Šta je to aritmija?

Aritmija je stanje u kojem ritam rada srca nije normalan zbog mana u bioelektričnom sistemu koji upravlja otkucajima srca. Tipični simptomi su preskočeni otkucaji srca, prerane kontrakcije i previše brz (tahikardija) ili spor (bradikardija) puls.

Zašto je dobro meriti krvni pritisak kod kuće?

Na krvni pritisak mogu da utiču brojni faktori kao što su fizička aktivnost, uznemirenost ili doba dana. Jedno merenje može biti nedovoljno za tačnu dijagnozu. Zbog toga je najbolje da se krvni pritisak meri u isto vreme svakog dana, kako bi se dobio tačan pokazatelj promena u krvnom pritisku. Krvni pritisak je obično nizak ujutru i povećava se od popodneva do večeri. Niži je u toku leta a viši u toku zime.



Primer: promene tokom dana (muškarac, 35 godina)