

Į šią lentelę įrašykite visus savo svorio, kraujospūdžio bei pulso duomenis. Konsultuojantis su gydytoju, šis kasdienės sveikatos būklės dienoraštis bus puiki atmintinė, padėsiantis tinkamai įvertinti ligos eigą. **Jei matuodami svorį, kraujospūdį ir pulsą pastebite didelius jų pokyčius, su gydytoju susisiekitė nedelsdami.**

MĖNUO	SAVIJAUTOS ASPEKTAS	P	A	T	K	Pn	Š	S
SAVAITĖ Nuo Iki	SVORIS <i>kg</i>							
	KRAUJOSPŪDIS <i>mm Hg</i>							
	PULSAS <i>tvinksniai per minutę</i>							
SAVAITĖ Nuo Iki	SVORIS <i>kg</i>							
	KRAUJOSPŪDIS <i>mm Hg</i>							
	PULSAS <i>tvinksniai per minutę</i>							
SAVAITĖ Nuo Iki	SVORIS <i>kg</i>							
	KRAUJOSPŪDIS <i>mm Hg</i>							
	PULSAS <i>tvinksniai per minutę</i>							
SAVAITĖ Nuo Iki	SVORIS <i>kg</i>							
	KRAUJOSPŪDIS <i>mm Hg</i>							
	PULSAS <i>tvinksniai per minutę</i>							