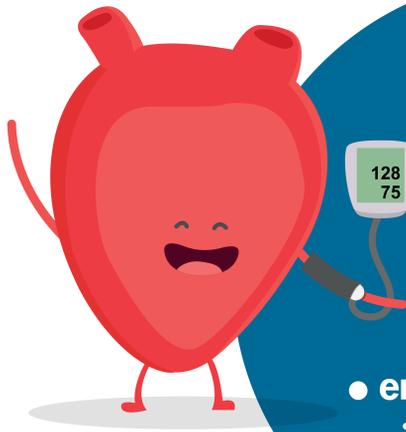




évaluez votre bonne santé cardiovasculaire en réalisant un

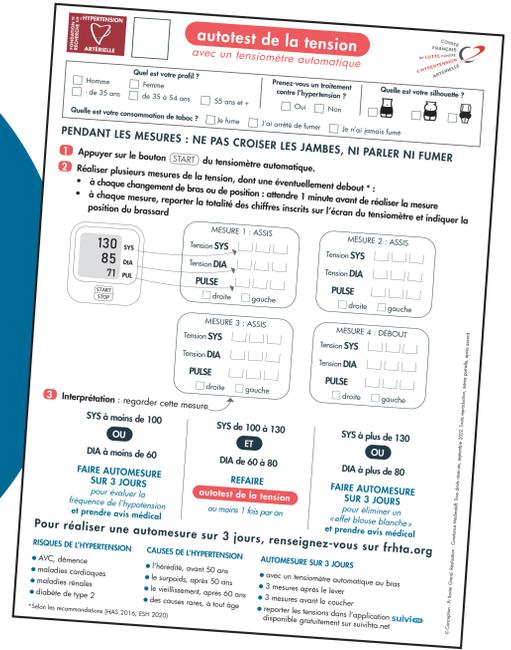
autotest de la tension

avec un tensiomètre automatique



QUI EST CONCERNÉ ?

- tout le monde, à partir de 30 ans
- en cas de prise de poids récente
- en cas d'antécédents familiaux
- en cas de « tension blouse blanche »
- si la tension est habituellement basse



PICTO
NE PAS
FUMER

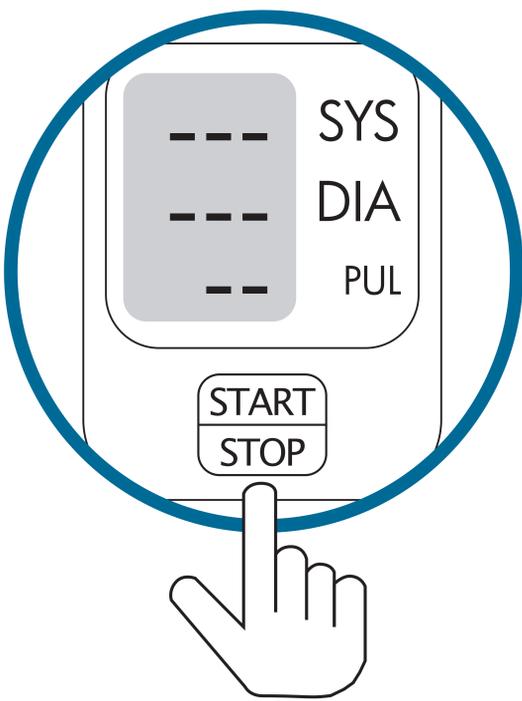
PICTO
NE PAS
PARLER

PICTO
BONHOMME
ZEN

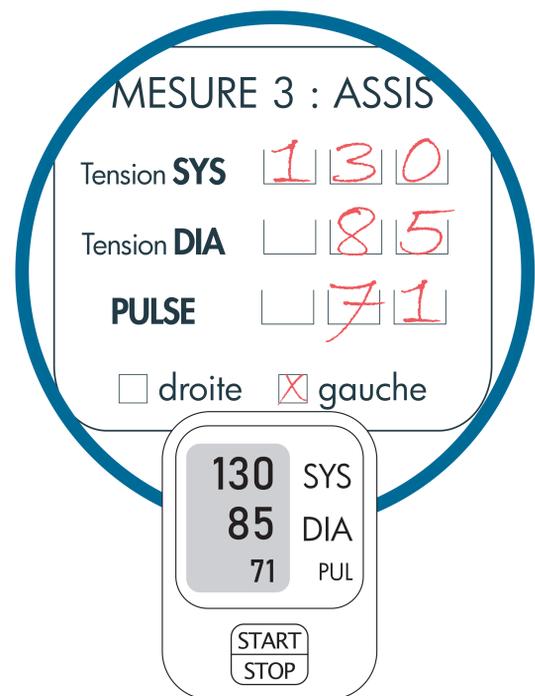


Le brassard peut recouvrir la manche d'un vêtement de l'épaisseur d'une chemise. Il peut être mis sur le bras droit ou le bras gauche. Il doit être adapté à la taille de votre bras.

1 Actionner le tensiomètre automatique



2 Reporter les chiffres sur l'autotest



3 Interpréter le résultat avec les chiffres de la mesure 3



www.frhta.org



L'hypertension artérielle en vidéos sur www.frhta.org