

ប្រភេទ ចំណាត់ថ្នាក់ នៃសម្ពាធលាម	សម្ពាធស៊ី សូលីក mm Hg (តួលេខខាងលើ)	សម្ពាធខីយ៉ា សូលីក mm Hg (តួលេខខាងក្រោម)
ធម្មតា	ទាបជាង 120 និង	ទាបជាង 80
ឡើងខ្ពស់	120-129 និង	ទាបជាង 80
សម្ពាធលាម ខ្ពស់ដំណាក់ កាលទី 1	130-139 ឬ	80-89
សម្ពាធលាម ខ្ពស់ដំណាក់ កាលទី 2	140 ឬខ្ពស់ ជាងនេះ ឬ	90 ឬខ្ពស់ ជាងនេះ
វិបត្តិជំងឺលើស សម្ពាធលាម (ហៅទៅកាន់លេខ 911 ឬមជ្ឈមណ្ឌលសង្គ្រោះជីវិត ភ្លាមៗ)	ខ្ពស់ជាង 180 និង/ឬ	ខ្ពស់ជាង 120

សម្រាប់មនុស្សពេញវ័យភាគច្រើន តួលេខសម្ពាធលាមដែលល្អបំផុតគឺ សម្ពាធស៊ីសូលីកទាបជាង 120 និងសម្ពាធខីយ៉ាសូលីកទាបជាង 80។សាកសួរអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកអំពីគោលដៅសម្ពាធលាមផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក និងភាពញឹកញាប់ដែលត្រូវត្រួតពិនិត្យ។



គោលដៅសម្ពាធលាមរបស់ខ្ញុំគឺ៖

ទាបជាង

ទាបជាង

សម្ពាធស៊ីសូលីក

សម្ពាធខីយ៉ាសូលីក

អ្នកផ្តល់សេវារបស់ខ្ញុំ ចង់ឱ្យខ្ញុំត្រួតពិនិត្យ៖

X

X

ក្នុងមួយថ្ងៃ

ក្នុងមួយសប្តាហ៍

☐ ពេលព្រឹក

☐ ពេលល្ងាច

☐ ពេលរសៀល

☐ មុនពេលលេបថ្នាំ

អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់ខ្ញុំ៖

ឈ្មោះ៖

ទូរសព្ទ៖

តារាងតាមដានសម្ពាធលាម

ម្ចាស់ឈាម



