

檢查您的血壓

在您檢查之前

- ☐ 30 分鐘內
不要喝咖啡。



- ☐ 30 分鐘內
不要使用菸草產品。



- ☐ 2 個小時內
不要進食或運動。



- ☐ **前往洗手間**
膀胱充盈會影響讀數。

