

КАК ПРАВИЛЬНО ИЗМЕРИТЬ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ ДОМА

**будьте
спокойны**



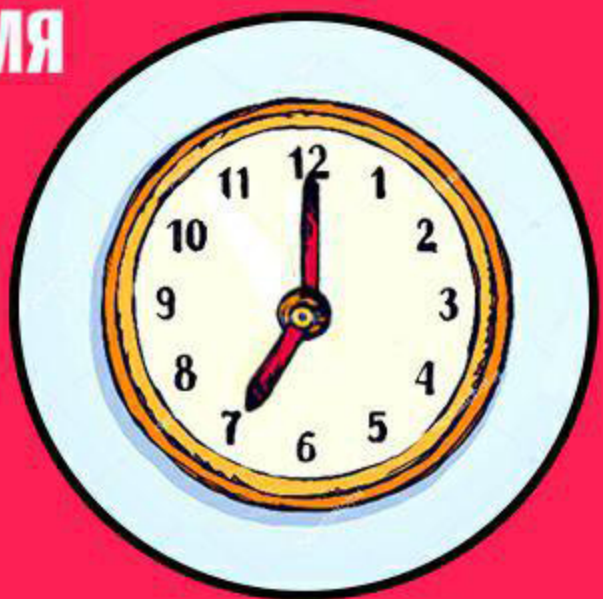
1

**сидите
правильно**



2

**меряйте в одно
и то же время**



3

записывайте результат

**(существуют
даже приложения
для смартфона)**



4