

ഇം കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിച്ചില്ലെങ്കിൽ
BP reading കൃത്യമാകില്ല.

BP RIGHT ചെയ്യു

A public awareness campaign by



J.B. CHEMICALS &
PHARMACEUTICALS LTD.

Choose the Language
and Download

BP
Right ചെയ്യു



ശരിയായ കമ്പ് വലുപ്പം
ഉപയോഗിക്കുക
കമ്പ് വലുരെ
ചെറുതാക്കുന്നത്
2-10 mm Hg കൂടുന്നു

നാശനമായ കൈയിൽ
കമ്പ് ഇടുക

വസ്ത്രത്തിന് മുകളിലൂടെ
കമ്പ് 5-50 mm Hg
കൂടുന്നു

സംസാരിക്കാൻ
പാടില്ല

സംസാരിക്കുന്നതോ
മുഖയോടെ
കൊണ്ടുകുന്നതോ
10 mm Hg കൂടുന്നു

ആദ്യം മുത്തസഞ്ചി
ശേഖരിക്കുക

നിരഞ്ഞ മുത്തസഞ്ചി
10 mm Hg കൂടുന്നു



കാലുകൾ പിണ്ടച്ച്
വയ്ക്കാതിരിക്കുക

പിണ്ടച്ച് വച്ച കാലുകൾ
2-8 mm Hg കൂടുന്നു



പുറം /പാദങ്ങൾ
സപ്പോർട്ട് നൽകി ഇരിക്കുക

പുറകിലൂം കാലുകളിലൂം
സപ്പോർട്ട് ഇല്ലാത്തത്
6.5 mm Hg കൂടുന്നു

Reference: //www.heart.org/en/news/2020/05/2020/05/22/how-to-accurately-measure-blood-pressure-at-home | Netherlands J Med 2004; 62:297-303 | BMJ 2001; 322: 981-5

Disclaimer: The content herein is meant only for educational aid, awareness and is not intended or implied to be substitute for professional medical advice, diagnosis or treatment. For questions about any symptoms or related disorders, please consult your physician. Devices shown are meant for representational purposes and not medical advice intended to cure/treat health conditions. Use of these devices to be made only on physician prescription.