

หมวด	ยุทธศาสตร์ด้านส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค และคุ้มครองผู้บริโภคเป็นเลิศ (PP&P Excellence)													
แผนที่	3. การป้องกันควบคุมโรคและลดปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพ													
โครงการที่	5. โครงการควบคุมโรคและภัยสุขภาพ													
ระดับการแสดงผล	จังหวัด													
ชื่อตัวชี้วัด	13. ร้อยละการตรวจติดตามกลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวาน และ/หรือความดันโลหิตสูง													
คำนิยาม (ตัวชี้วัดย่อยที่ 1)	<p>13.1 ร้อยละการตรวจติดตามกลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวาน</p> <p>1. กลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวาน หมายถึง ประชากรสงสัยป่วยโรคเบาหวานอายุ 35 ปีขึ้นไปในเขตรับผิดชอบ ได้รับการตรวจระดับน้ำตาลโดยวิธีเจาะจากปลายนิ้ว (Capillary Blood Glucose) หรือการตรวจระดับพลาสมากลูโคส (FPG) หลังอดอาหารมากกว่า 8 ชั่วโมง มีค่า <math>\geq 126</math> mg/dl หรือโดยการตรวจระดับน้ำตาลโดยวิธีเจาะจากปลายนิ้ว (Capillary Blood Glucose) หรือการตรวจระดับพลาสมากลูโคส (RPG) จากการที่ไม่อดอาหารเวลาใดก็ได้ มีค่า <math>\geq 200</math> mg/dl และยังไม่ได้รับการวินิจฉัยเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวาน</p> <p>2. การได้รับการตรวจติดตาม หมายถึง ผู้ที่ได้รับการคัดกรองเบาหวาน โดยการตรวจระดับน้ำตาลโดยวิธีเจาะจากปลายนิ้ว (Capillary Blood Glucose) หรือการตรวจระดับพลาสมา กลูโคส (FPG) หลังอดอาหารมากกว่า 8 ชั่วโมง มีค่า <math>\geq 126</math> mg/dl หรือโดยการตรวจระดับ น้ำตาลโดยวิธีเจาะจากปลายนิ้ว (Capillary Blood Glucose) หรือการตรวจระดับพลาสมา กลูโคส (RPG) จากการที่ไม่อดอาหารเวลาใดก็ได้ มีค่า <math>\geq 200</math> mg/dl แล้วได้รับการตรวจยืนยัน ว่าเป็นเบาหวานหรือไม่ โดยการตรวจระดับพลาสมากลูโคสหลังอดอาหารมากกว่า 8 ชั่วโมง (FPG) ทางห้องปฏิบัติการ ในสถานบริการสาธารณสุข ภายใน 3 เดือน</p>													
เกณฑ์เป้าหมาย	<table border="1"> <thead> <tr> <th>ตัวชี้วัด</th> <th>2561</th> <th>2562</th> <th>2563</th> <th>2564</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ร้อยละการตรวจติดตามกลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวาน</td> <td>-</td> <td>-</td> <td><math>\geq</math>ร้อยละ 60</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>				ตัวชี้วัด	2561	2562	2563	2564	ร้อยละการตรวจติดตามกลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวาน	-	-	$\geq$ ร้อยละ 60	
ตัวชี้วัด	2561	2562	2563	2564										
ร้อยละการตรวจติดตามกลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวาน	-	-	$\geq$ ร้อยละ 60											
วัตถุประสงค์	เพื่อยืนยันว่ากลุ่มสงสัยป่วยมีค่าระดับน้ำตาลในเลือดสูงจริง และส่งต่อพบแพทย์เพื่อรับการวินิจฉัยโรคเบาหวาน													
ประชากรกลุ่มเป้าหมาย	ประชากรอายุ 35 ปี ขึ้นไปในเขตรับผิดชอบ ที่ได้รับการคัดกรองว่าเป็นกลุ่มสงสัยป่วยเบาหวาน typearea 1,3													

วิธีการจัดเก็บข้อมูล	บันทึกผ่านโปรแกรมพื้นฐานของหน่วยบริการ และส่งออกข้อมูลตามมาตรฐานข้อมูล 43 แฟ้ม เข้าสู่สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด
แหล่งข้อมูล	ระบบรายงาน HDC กระทรวงสาธารณสุข
รายการข้อมูล 1	A = จำนวนประชากรสงสัยป่วยโรคเบาหวานอายุ 35 ปี ขึ้นไป ในเขตรับผิดชอบที่ได้รับการตรวจ ยืนยันว่าเป็นเบาหวานหรือไม่ โดยการตรวจระดับพลาสมากลูโคสหลังอดอาหารมากกว่า 8 ชั่วโมง (FPG) ทางห้องปฏิบัติการ ในสถานบริการสาธารณสุข ภายใน 3 เดือน
รายการข้อมูล 2	B = จำนวนประชากรอายุ 35 ปี ขึ้นไป ในเขตรับผิดชอบที่ได้รับการคัดกรองโรคเบาหวานและ เป็นกลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวาน
สูตรคำนวณตัวชี้วัด	$(A/B) \times 100$
ระยะเวลาประเมินผล	12 เดือน

เกณฑ์การประเมิน : ปี 2563

ตัวชี้วัด	รอบ 3 เดือน	รอบ 6 เดือน	รอบ 9 เดือน	รอบ 12 เดือน
ร้อยละการตรวจติดตามกลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวาน	-	-	-	≥ ร้อยละ 60

วิธีการประเมินผล :	<p>A: จำนวนกลุ่มสงสัยป่วยเบาหวาน จากแฟ้ม NCDSCREEN และได้รับการตรวจยืนยันว่าเป็นเบาหวานหรือไม่ โดยการตรวจระดับพลาสมากลูโคสหลังอดอาหารมากกว่า 8 ชั่วโมง (FPG) ทางห้องปฏิบัติการ ในสถานบริการสาธารณสุข ภายใน 3 เดือน ประมวลผลจาก</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- แฟ้ม NCDSCREEN.BSTEST = 1 (ตรวจน้ำตาลในเลือด จากหลอดเลือดดำหลังอดอาหาร)</li> </ul> <p>หลังจากตรวจคัดกรองภายใน 3 เดือน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- แฟ้ม LABFU ที่รหัส LABTEST = 0531002 (การตรวจหาน้ำตาลกลูโคสในซีรัม/พลาสมา)</li> </ul> <p>หลังจากตรวจคัดกรองภายใน 3 เดือน</p> <p>B: จำนวนกลุ่มสงสัยป่วยเบาหวาน จากแฟ้ม NCDSCREEN ประมวลผลจาก</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- BSTEST เป็น 1 (ตรวจน้ำตาลในเลือด จากหลอดเลือดดำหลังอดอาหาร), 3 (ตรวจน้ำตาลในเลือด จากเส้นเลือดฝอย หลังอดอาหาร) โดยที่ BSLEVEL <math>\geq</math> 126 mg/dl</li> <li>- BSTEST เป็น 2 (ตรวจน้ำตาลในเลือด จากหลอดเลือดดำ โดยไม่อดอาหาร), 4 (ตรวจน้ำตาลในเลือด จากเส้นเลือดฝอย โดยไม่อดอาหาร) โดยที่ BSLEVEL <math>\geq</math> 200 mg/dl</li> </ul>
--------------------	--

	<p>โดยนับเป็นเป้าหมายหลังตรวจพบเป็นกลุ่มสงสัยป่วยแล้ว 3 เดือน ซึ่งระยะเวลาการเป็นเป้าหมายอยู่ในปีงบประมาณนั้นๆ</p> <p><b>ตัวอย่างการคำนวณเป้าหมายผลงาน</b></p> <p>ตรวจพบครั้งแรกว่าเป็นกลุ่มสงสัยป่วยในเดือนพฤศจิกายน จะถูกนับเป็นเป้าหมายในเดือนมกราคม ผลงานจะประเมินจากเดือนที่เป็นเป้าหมายแล้วตรวจสอบข้อมูลย้อนหลัง ว่ามีการตรวจยืนยันตามเงื่อนไข A หรือไม่ หากพบจะถูกนับเป็นผลงาน</p>					
เอกสารสนับสนุน :	แนวทางเวชปฏิบัติสำหรับโรคเบาหวานปี 2560					
รายละเอียดข้อมูลพื้นฐาน	Baseline data	หน่วยวัด	ผลการดำเนินงานในรอบปีงบประมาณ			
			2561	2562	2563	2564
	ร้อยละการตรวจติดตามกลุ่มสงสัยป่วยโรคเบาหวาน	ร้อยละ	-	-	-	
ผู้ให้ข้อมูลทางวิชาการ / ผู้ประสานงานตัวชี้วัด	<p>1. แพทย์หญิงศศิธร ตั้งสวัสดิ์ โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903982 โทรสาร : 02-5903973</p> <p>2. แพทย์หญิงจรีพร คงประเสริฐ โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903963 โทรสาร : 02-5903964</p> <p>3. นางศรีเพ็ญ สวัสดิมงคล โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903887 โทรสาร : 02-5903893</p> <p>4. นางสาวณัฐฉิวรรณ พันธมุง โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903867 โทรสาร : 02-5903893</p>		<p>ผู้อำนวยการกองโรคไม่ติดต่อ</p> <p>โทรศัพท์มือถือ : E-mail : Sasitth@gmail.com</p> <p>รองผู้อำนวยการกองโรคไม่ติดต่อ</p> <p>โทรศัพท์มือถือ : E-mail : jurekong@hotmail.com</p> <p>หัวหน้ากลุ่มยุทธศาสตร์ แผนและประเมินผล</p> <p>โทรศัพท์มือถือ : E-mail : ncdplan@gmail.com</p> <p>หัวหน้ากลุ่มพัฒนาคุณภาพบริการ</p> <p>โทรศัพท์มือถือ : E-mail : nuttiwan2516@hotmail.com</p>			
หน่วยงานประมวลผลและจัดทำข้อมูล (ระดับส่วนกลาง)	กองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค					
ผู้รับผิดชอบการรายงานผลการดำเนินงาน	<p>1. นางสาวณัฐฉิวรรณ พันธมุง โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903867 โทรสาร : 02-5903893</p>		<p>หัวหน้ากลุ่มพัฒนาคุณภาพบริการ</p> <p>โทรศัพท์มือถือ : E-mail : nuttiwan2516@hotmail.com</p>			

	<p>2. นางสาวรัฐญา ตรีเหลา โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903867 โทรสาร : 02-5903893</p> <p>3. นางสาวสุภาพร หน่อคำ โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903867 โทรสาร : 02-5903893</p> <p>4. นางสาวรุ่งนภา ลั่นอรัญ โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903867 โทรสาร : 02-5903893</p> <p>5. นางสาวณัฐกฤตา บริบูรณ์ โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903887 โทรสาร : 02-5903893</p>	<p>นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ โทรศัพท์มือถือ : E-mail : ploysaiwaranya@gmail.com</p> <p>นักวิชาการสาธารณสุข โทรศัพท์มือถือ : E-mail : maymmay2343@gmail.com</p> <p>นักวิชาการสาธารณสุข โทรศัพท์มือถือ : E-mail : rukmoei@hotmail.com</p> <p>นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ โทรศัพท์มือถือ : E-mail : ncdplan@gmail.com</p>			
<p>คำนิยาม (ตัวชี้วัดย่อยที่ 2)</p>	<p><b>13.2 ร้อยละการตรวจติดตามกลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูง</b></p> <p><b>1. กลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูง</b> หมายถึง ประชากรอายุ 35 ปี ขึ้นไป ที่ได้รับการคัดกรองความดันโลหิตสูงและมีค่าระดับความดันโลหิตตัวบน (SBP) ในช่วง 140-179 mmHg และ/หรือค่าระดับความดันโลหิตตัวล่าง (DBP) ในช่วง 90-109 mmHg ในเขตรับผิดชอบและยังไม่ได้รับการวินิจฉัยโรคความดันโลหิตสูงในปีงบประมาณ</p> <p><b>2. การได้รับการตรวจติดตาม</b> หมายถึง การตรวจวัดความดันโลหิตซ้ำที่บ้าน ตามแนวทางการวัดความดันโลหิตที่บ้าน *(เอกสารแนบ) หลังจากได้รับการคัดกรองความดันโลหิตสูงที่สถานบริการสาธารณสุข หรือในชุมชนแล้ว</p>				
<p>เกณฑ์เป้าหมาย</p>	<p>ตัวชี้วัด</p>	<p>2561</p>	<p>2562</p>	<p>2563</p>	<p>2564</p>
	<p>ร้อยละการตรวจติดตามกลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูง</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>≥ร้อยละ 60</p>	<p>≥ร้อยละ 70</p>
<p>วัตถุประสงค์</p>	<p>เพื่อยืนยันว่ากลุ่มสงสัยป่วยมีความดันโลหิตสูงจริง</p>				
<p>ประชากรกลุ่มเป้าหมาย</p>	<p>ประชากรอายุ 35 ปี ขึ้นไปในเขตรับผิดชอบ (type area 1 และ 3) ที่ได้รับการคัดกรองว่าเป็นกลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในปีงบประมาณ</p>				
<p>วิธีการจัดเก็บข้อมูล</p>	<p>1. บันทึกผ่านโปรแกรมพื้นฐานของหน่วยบริการ และส่งออกข้อมูลตามมาตรฐานข้อมูล 43 เพิ่มเข้าสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด</p> <p>2. กรณีข้อมูลการวัดความดันโลหิตที่บ้านให้บันทึกผ่านระบบ HDC</p>				
<p>แหล่งข้อมูล</p>	<p>ระบบรายงาน HDC กระทรวงสาธารณสุข</p>				

รายการข้อมูล 3	C = จำนวนประชากรสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูงอายุ 35 ปี ขึ้นไป ในเขตรับผิดชอบที่ได้รับการวัดความดันโลหิตที่บ้าน*
รายการข้อมูล 4	D = จำนวนประชากรอายุ 35 ปี ขึ้นไป ในเขตรับผิดชอบที่ได้รับการคัดกรองความดันโลหิตสูง และเป็นกลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในปีงบประมาณ
สูตรคำนวณตัวชี้วัด	$(C/D) \times 100^{**}$
ระยะเวลาประเมินผล	12 เดือน (ต.ค. 62 – ก.ย. 63)

**เกณฑ์การประเมิน : ปี 2563**

ตัวชี้วัด	รอบ 3 เดือน	รอบ 6 เดือน	รอบ 9 เดือน	รอบ 12 เดือน
ร้อยละการตรวจติดตามกลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูง	>ร้อยละ 50	>ร้อยละ 50	≥ร้อยละ 60	≥ร้อยละ 60

วิธีการประเมินผล :	<p>ติดตามจากระบบรายงาน HDC กระทรวงสาธารณสุข</p> <p>หมายเหตุ</p> <p>*</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ในกรณีที่ความดันโลหิต Systolic อยู่ในช่วง 140 – 159 mmHg และ/หรือ ความดันโลหิต Diastolic อยู่ในช่วง 90 – 99 mmHg ควรได้รับการวัดความดันโลหิตที่บ้านภายใน 3 เดือน</li> <li>- ส่วนกรณีที่ความดันโลหิต Systolic อยู่ในช่วง 160 – 179 mmHg และ/หรือ ความดันโลหิต Diastolic อยู่ในช่วง 100 – 109 mmHg ควรได้รับการวัดความดันโลหิตที่บ้านภายใน 1 เดือน</li> </ul> <p>**</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การประเมินผลการดำเนินงานในรอบ 3 เดือน, 6 เดือน และ 9 เดือน โดยกลุ่มเป้าหมายคือผู้ที่มาคัดกรองและเป็นกลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูงในแต่ละไตรมาส</li> </ul> <p>ในรอบ 12 เดือนจะประเมินผลการดำเนินงานภาพรวม โดยกลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้ที่มาคัดกรองและเป็นกลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูงทั้งหมด ระหว่างวันที่ 1 ต.ค. 62 – 30 มิ.ย. 63</p>
--------------------	---

เอกสารสนับสนุน :	รูปแบบการบริการป้องกันควบคุมโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โดยกองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค
------------------	--

รายละเอียดข้อมูลพื้นฐาน	Baseline data	หน่วยวัด	ผลการดำเนินงานในรอบปีงบประมาณ				
			2558	2559	2560	2561	2562
	ร้อยละการตรวจติดตามกลุ่มสงสัยป่วยโรคความดันโลหิตสูง	ร้อยละ	-	-	-	-	-

<p>ผู้ให้ข้อมูลทางวิชาการ / ผู้ประสานงานตัวชี้วัด</p>	<p>1.แพทย์หญิงศศิธร ตั้งสวัสดิ์ โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903893 โทรสาร : 02-5903893</p> <p>2.แพทย์หญิงจรีพร คงประเสริฐ โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903893 โทรสาร : 02-5903893</p> <p>3.นางศรีเพ็ญ สวัสดิมงคล  โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903887 โทรสาร : 02-5903893</p> <p>4. นายแพทย์อรรถเกียรติ กาญจนพิบูลวงศ์  โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903892 โทรสาร : 02-5903893</p>	<p>ผู้อำนวยการกองโรคไม่ติดต่อ โทรศัพท์มือถือ : E-mail : Sasitth@gmail.com</p> <p>รองผู้อำนวยการกองโรคไม่ติดต่อ โทรศัพท์มือถือ : E-mail : jurekong@hotmail.com</p> <p>หัวหน้ากลุ่มยุทธศาสตร์ แผนและประเมินผล โทรศัพท์มือถือ : E-mail : ncdplan@gmail.com</p> <p>หัวหน้ากลุ่มเทคโนโลยี ระบาดวิทยาและมาตรการชุมชน โทรศัพท์มือถือ : 0818201894 E-mail : auttakiat@yahoo.com</p>
<p>หน่วยงานประมวลผล และจัดทำข้อมูล (ระดับส่วนกลาง)</p>	<p>กองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค</p>	
<p>ผู้รับผิดชอบการรายงานผลการดำเนินงาน</p>	<p>1.นายแพทย์อรรถเกียรติ กาญจนพิบูลวงศ์  โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903892 โทรสาร : 02-5903893</p> <p>2.นางสาวสุชาทิพย์ ภัทรกุลฉนิชย์  โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903892 โทรสาร : 02-5903893</p> <p>3.นางสาวคุณกัญญ์ศศิ พิมพพันธ์  โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903892 โทรสาร : 02-5903893</p> <p>4.นายกันตพล ทับหุ่น  โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903892 โทรสาร : 02-5903893</p>	<p>หัวหน้ากลุ่มเทคโนโลยี ระบาดวิทยาและมาตรการชุมชน โทรศัพท์มือถือ : 0818201894 E-mail : auttakiat@yahoo.com</p> <p>นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ โทรศัพท์มือถือ : E-mail : suthathip.ncd@gmail.com</p> <p>นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ โทรศัพท์มือถือ : E-mail : kunkansasi89@gmail.com</p> <p>นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ โทรศัพท์มือถือ : E-mail : kanthabhon@gmail.com</p>

5.นางสาวณัฐกฤตา บริบูรณ์  
โทรศัพท์ที่ทำงาน : 02-5903887  
โทรสาร : 02-5903893

นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ  
โทรศัพท์มือถือ :  
E-mail : ncdplan@gmail.com

### แนวทางการวัดความดันโลหิตที่บ้าน

1. ในกรณีที่ความดันโลหิต Systolic มากกว่าหรือเท่ากับ 140 และ/หรือ ความดันโลหิต Diastolic มากกว่าหรือเท่ากับ 90 ควรได้รับการวัดความดันโลหิตที่บ้านภายใน 3 เดือน ส่วนกรณีที่ความดันโลหิต systolic มากกว่าหรือเท่ากับ 160 และ/หรือ ความดันโลหิต Diastolic มากกว่าหรือเท่ากับ 100 ควรได้รับการวัดความดันโลหิตที่บ้านภายใน 1 เดือน
2. เครื่องวัดความดันโลหิตเป็นเครื่องเดิมทุกครั้ง
3. ผู้วัดความดันโลหิตต้องเป็นบุคคลเดิมทุกครั้ง
4. สิ่งแวดล้อมในการวัดความดันโลหิต
  - 4.1 วัดความดันโลหิตในที่เงียบสงบ
  - 4.2 นั่งวัดเก้าอี้ที่มีพนักพิงหลังและไม่นั่งไขว่ห้าง และนั่งพัก 1 - 2 นาที ก่อนวัดความดันโลหิต
  - 4.3 ระหว่างวัดความดันโลหิต ไม่พูดหรือออกเสียงใดๆ
  - 4.4 งดสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ หรือเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน ก่อนมาวัดความดันโลหิต ไม่น้อยกว่า 1 ชั่วโมง
  - 4.5 แผ่นผ้าที่พันแขน (Upper-arm cuff) ให้วางอยู่ในระดับเดียวกับหัวใจ
  - 4.6 ผู้ที่ใส่แขนเสื้อที่หนา ควรถอดเสื้อให้แผ่นพันแขนติดกับผิวหนังต้นแขนโดยไม่มีแขนเสื้อคั่นกลาง
5. การวัดความดันโลหิตด้วยตนเองที่บ้าน หลังตื่นนอนตอนเช้าให้วัดภายใน 1 ชั่วโมง (หลังจากอุจจาระ ปัสสาวะแล้ว ไม่วัดความดันโลหิตขณะกลืนอุจจาระ ปัสสาวะ โดยวัดก่อนกินยา และกินอาหารเช้า) ส่วนการวัดความดันโลหิตสูงก่อนนอนเวลากลางคืน ให้ปฏิบัติเช่นเดียวกับการวัดความดันโลหิตหลังตื่นนอนตอนเช้า

วันที่	ช่วงเช้า หลังตื่นนอนไม่เกิน 1 ชั่วโมง						ช่วงก่อนนอน ครึ่งชั่วโมงก่อนเข้านอน					
	ครั้งที่ 1			ครั้งที่ 2			ครั้งที่ 1			ครั้งที่ 2		
	ค่าบน	ค่าล่าง	ชีพจร	ค่าบน	ค่าล่าง	ชีพจร	ค่าบน	ค่าล่าง	ชีพจร	ค่าบน	ค่าล่าง	ชีพจร
ตัวอย่าง 30 มี.ค. 60	132	84	76	128	82	74	130	76	70	126	74	70
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
ความดันโลหิต เฉลี่ย 7 วัน = ..... mmHg												



