



測量血壓的步驟

- 一、準備血壓計、聽診器、小枕頭各一個。
- 二、測量前應安靜休息至少15分鐘。
- 三、捲起衣袖，露出上臂。
- 四、採舒適的坐位，血壓計放置與心臟及手臂於一平線上。
- 五、將壓脈帶之寬端平置於上臂離肘彎約2.5公分處，寬鬆度以可塞入一指為原則，聽診器置於病人肘彎肱動脈處。
- 六、一手執打氣球，並關上活塞，將空氣打入壓脈帶，水銀柱升壓，且比以前所量血壓約高15毫米汞柱。
- 七、注意水銀柱度數，緩緩放氣，當聽到第一聲清晰之聲即為收縮壓。
- 八、繼續放氣，當聲音完全消失時，水銀柱上度數即為舒張壓。
- 九、放鬆氣球上之活塞，並放出袋內空氣。
- 十、取下壓脈帶，將病人衣袖放下，關緊水銀柱開關。

