



vol.4 「**血 圧**」 を計測・管理するための 機器とアプリ

寒さに身も縮こまってしまうこの季節、血管が収縮することにより、血圧は上がりやすい傾向となります。血圧を管理するという意味では毎日の測定がとても重要です。家庭で測定する際は、朝は起床時のトイレの後、夜はベッドに入る前など決まった時間に、できればそれぞれ2回ずつ測定しましょう。

上腕式血圧計

HCR-750AT

オムロン

機器

一つの画面で過去の
血圧値も並べて表示。
基準値を超えたら、
お知らせ機能も

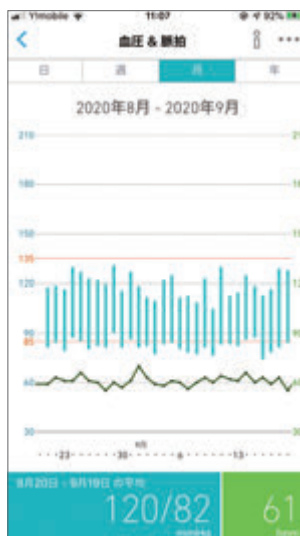


上腕で測るタイプの血圧計で、最新の血圧値と過去の血圧値を、左右に並べて表示してくれるのが特長。朝と夜に測定した血圧は個別に管理され、それぞれ1週間の平均値が家庭における高血圧の基準値を超えた場合には「血圧確認マーク」で知らせてくれる。

連携アプリ



「Android」と「iPhone」のどちらにも対応する無料アプリ「OMRON connect」がある



血圧は棒グラフで、脈拍は折れ線グラフで、「日」「週」「月」「年」ごとに切り替えて表示できる

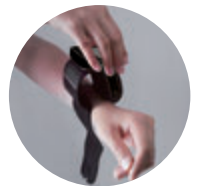
手首式血圧計

CHWH シリーズ CHWH803

シチズン

機器

ラクに装着できて、
持ち運びしやすいから、
より手軽に血圧測定



GOOD DESIGN

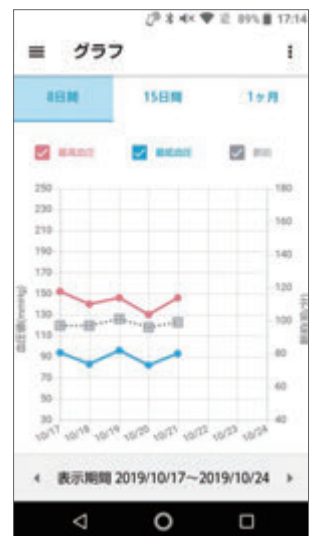
手首で測るタイプの血圧計。「カブッとカフ」と名付けられたU字型のカフ（袋状のベルト）は手首の上から簡単にはめられるから、腕の麻痺などによりカフを巻くのが難しい人でもラクに装着できる。測定時の姿勢によって血圧は変わるため、いつも同じ姿勢になるよう「測定姿勢ガイド」機能がついていて安定した測定を促す。収納ケースが付いているので、旅先や出張先へ携帯するのにも便利。

連携アプリ



「Android」と「iPhone」のどちらにも対応する無料アプリ「健康予約」がある

最低血圧をブルー、最高血圧を赤、脈拍をグレーの折れ線グラフで、「8日間」「15日間」「1ヶ月間」ごとに切り替えて表示できる。（グラフはAndroidのみ対応）



(執筆/ライター 真中美代)