Almist

Ваши записи о здоровье

Скачать Almist

Обзор давления и пульса

01.10.2025 – 30.09.2026 · сформирован 13 окт. 2026 г.

Jane Doe

Возраст 42 · женский

Рост 168 см · вес 67 кг

ЛИЧНАЯ ЦЕЛЬ

120/80

мм рт. ст.

Период в цифрах

Среднее давление

121/78

Записей: 607 · мм рт. ст.

Средний пульс

69

уд/мин · за период

Минимум верхнего

110

мм рт. ст. · 27.04.2026 · 20:20

Максимум верхнего

143

мм рт. ст. · 05.10.2025 · 08:10

Минимум нижнего

72

мм рт. ст. · 19.04.2026 · 20:20

Максимум нижнего

90

мм рт. ст. · 05.10.2025 · 08:10

Утром (до 14:00)

123/79

Записей: 318

Вечером (с 14:00)

119/77

Записей: 289

Дни в пределах личной цели 120/80

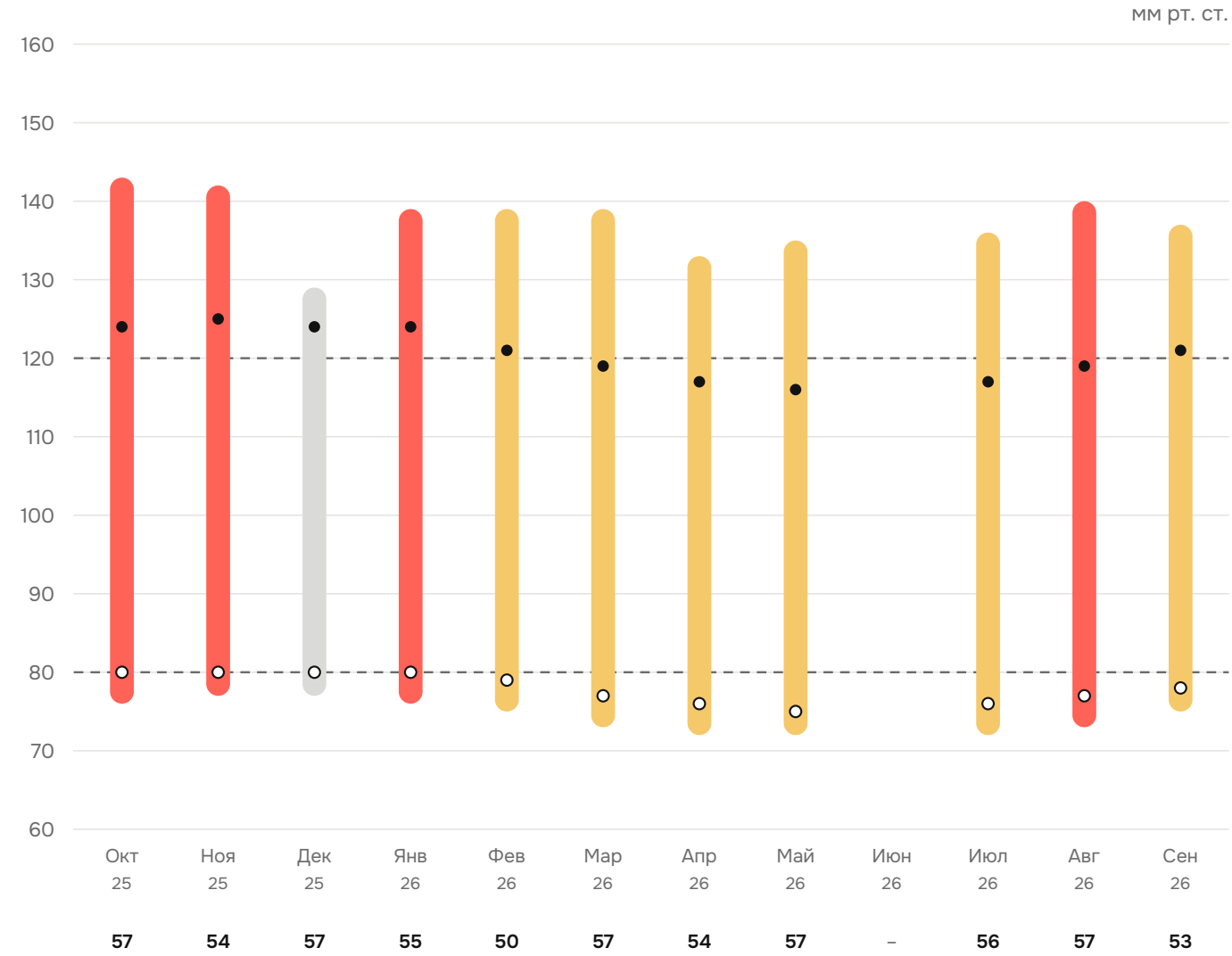
158 из 318 — **50 %**

Записей: 607 · дней с замерами: 318 · без замеров: 47

Приложение не является медицинским изделием и не ставит диагноз. Статусы — по порогам клинических рекомендаций Российского кардиологического общества (как у ESC/ESH), цель на статус не влияет; это не диагноз. По вопросам лечения обращайтесь к врачу.

Давление за период

Столбик — от минимального нижнего до максимального верхнего в группе; точки — среднее верхнее и среднее нижнее.



Число замеров в группе; «–» — замеров нет.

Норма · Повышенное · Высокое · ● среднее верхнее · ○ среднее нижнее

--- личная цель 120/80

Цвет столбика — самый высокий статус среди замеров группы по общим порогам, как в Статистике приложения. Это не диагноз.

По горизонтали — месяцы.

Группы без замеров остаются пустыми и не заменяются нулями.

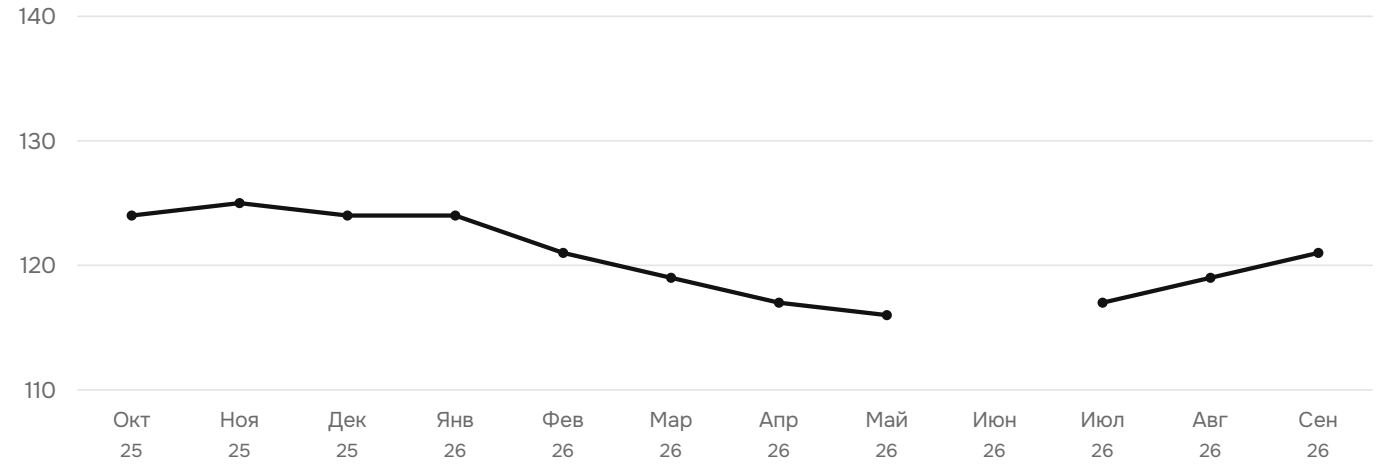
Динамика давления

Таблица — средние первого и последнего месяца с записями; графики — средние по группам за весь период.

Показатель	Октябрь 2025	Сентябрь 2026	Изменение
Верхнее, мм рт. ст.	124	**121**	**−3**
Нижнее, мм рт. ст.	80	**78**	**−2**
Пульс, уд/мин	72	**70**	**−2**

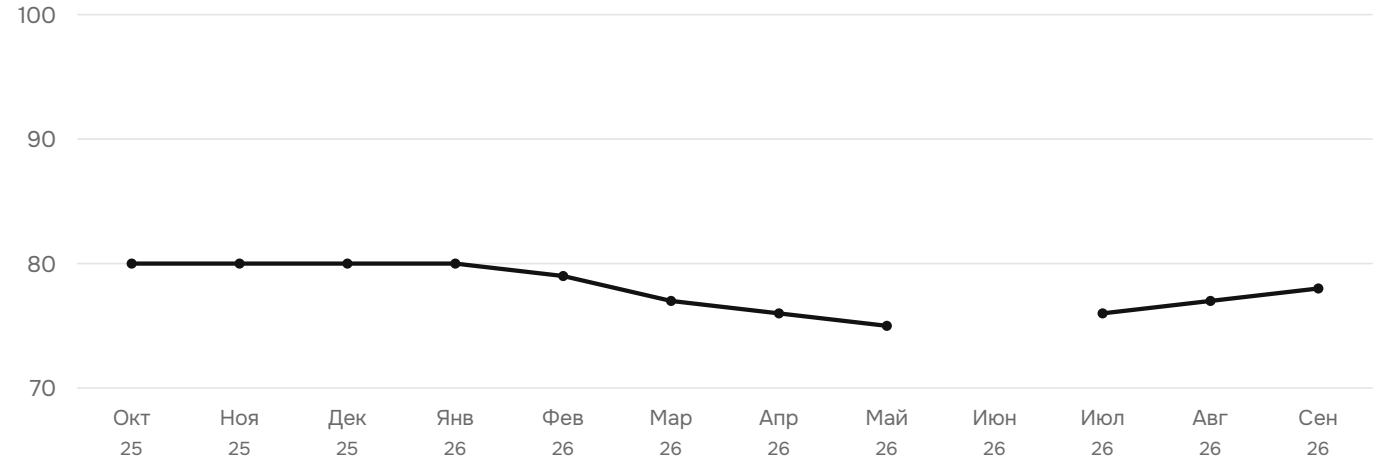
Верхнее давление

мм рт. ст.



Нижнее давление

мм рт. ст.



По горизонтали — месяцы. Группы без замеров остаются пустыми и не заменяются нулями.

Изменение описывает ваши записи и не является оценкой лечения.

Динамика пульса

Средний пульс за период и по группам.

Средний пульс

69

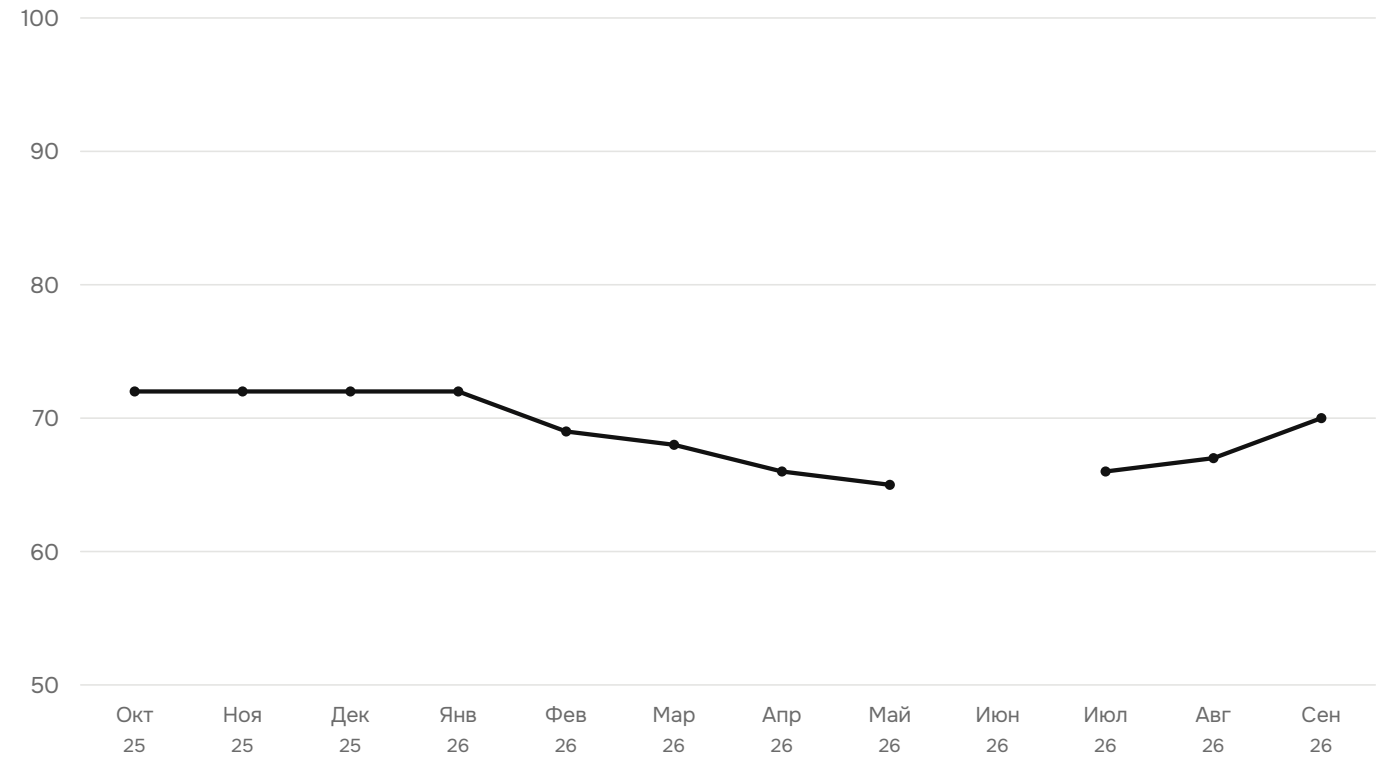
Записей с пульсом: 607

Диапазон пульса

59–78

уд/мин · отдельные замеры

Средний пульс



Среднее за период считается по всем записям с пульсом, точки графика — средние по группам.

По горизонтали — месяцы.

Группы без замеров остаются пустыми и не заменяются нулями.

Изменение описывает ваши записи и не является оценкой лечения.

Показатели периода

Доли дней за весь период и средние значения по месяцам.

Дни в личной цели

50 %

158 из 318 дней с замерами



Дни с замерами утром и вечером

79 %

289 из 365 дней наблюдения



Средние по месяцам

Месяц	Среднее давление	Средний пульс	Дни с замерами	Дни в личной цели
Октябрь 2025	**124/80**	72	30/31	3 из 30 (10 %)
Ноябрь 2025	**125/80**	72	28/30	0 из 28 (0 %)
Декабрь 2025	**124/80**	72	30/31	0 из 30 (0 %)
Январь 2026	**124/80**	72	29/31	2 из 29 (7 %)
Февраль 2026	**121/79**	69	26/28	11 из 26 (42 %)
Март 2026	**119/77**	68	30/31	23 из 30 (77 %)
Апрель 2026	**117/76**	66	28/30	26 из 28 (93 %)
Май 2026	**116/75**	65	30/31	29 из 30 (97 %)
Июнь 2026	–	–	0/30	Нет данных
Июль 2026	**117/76**	66	29/31	27 из 29 (93 %)
Август 2026	**119/77**	67	30/31	23 из 30 (77 %)
Сентябрь 2026	**121/78**	70	28/30	14 из 28 (50 %)

Давление — мм рт. ст., пульс — уд/мин.

Утро — хотя бы один замер до 12:00, вечер — хотя бы один с 17:00. Процент считается от дней наблюдения в периоде, начиная с первой записи.

День в цели — среднее за день не выше личной цели. Дни без замеров не учитываются.