

# Проверка своего кровяного давления

## Прежде, чем начать

- Никакого кофе**  
за 30 минут до начала.



- Никакого табака**  
за 30 минут до начала.



- Никакой плотной еды или физических нагрузок**  
в течении 2 часов.



- Посетите туалет**  
Полный мочевик может повлиять на результат измерения.



# P R I N T I N G   S P E C I F I C A T I O N S

**Title:**    **Checking Your Blood Pressure: Before You Begin** (poster)

**Size:**    8.5 x 11 and 11 x 17 each

**Paper stock:**    80# Cover Mohawk Options, white, smooth

**Ink color:**    4-color process/0, no bleeds

**Special instructions:**    Laminate, matte finish, rounded and sealed 1/4" corners

**DOH Pub #:**    340-265