



Date	Heure	VH	VB	Puls.	Observations
16/1/2025	06:33	122	85	65	au lever après avoir uriné et déféqué
16/1/2025	06:35	114	82	65	
16/1/2025	06:36	117	79	61	
16/1/2025	07:13	113	79	67	après le petit déjeuner
24/2/2025	06:23	130	84	61	au lever après avoir uriné et déféqué
24/2/2025	06:25	126	84	60	
24/2/2025	06:26	118	79	59	
24/2/2025	07:02	127	80	66	après le petit déjeuner
24/2/2025	08:05	113	81	73	environ 15 à 20 mn après le sport

24/2/2025	12:05	149	95	57	un peu avant manger		
24/2/2025	12:07	132	93	58			
24/2/2025	12:09	133	93	58			
24/2/2025	13:03	119	84	69	après le déjeuner		
24/2/2025	19:21	148	93	55	un peu avant de dîner froid aux mains		
24/2/2025	19:24	142	88	56			
24/2/2025	19:26	127	88	55			
24/2/2025	20:16	117	78	64	après le dîner		
25/2/2025	01:27	148	92	53	avant le coucher		
25/2/2025	01:28	140	89	56			
25/2/2025	01:30	128	89	56			
3/3/2025	06:21	124	83	56	au lever après avoir uriné et déféqué		
3/3/2025	06:22	112	81	56			
3/3/2025	06:24	118	83	56			
3/3/2025	07:02	121	87	66	après le petit déjeuner		
3/3/2025	07:51	106	74	70	après les 30 mn de sport séchage et habillage		
3/3/2025	19:27	137	91	57	avant le dîner		
3/3/2025	19:28	131	88	58			
3/3/2025	19:30	126	89	56			
3/3/2025	20:22	109	75	66	après le dîner		
4/3/2028	02:26	124	87	54	avant d'aller au lit		
4/3/2028	02:28	120	86	54			
4/3/2028	02:30	118	86	53			
10/3/2025	06:10	130	89	56	au lever après avoir uriné		
10/3/2025	06:12	124	87	56			
10/3/2025	06:15	125	87	57			

10/3/2025	07:05	116	77	67	après le petit déjeuner et avoir déféqué		
10/3/2025	07:56	119	77	70	après les 30 mn de sport séchage et habillage		
10/3/2025	19:42	144	98	60	avant de dîner		
10/3/2025	19:44	136	90	60			
10/3/2025	19:46	133	90	59			
10/3/2025	20:26	112	75	72	après le dîner		
11/3/2025	03:23	121	87	53	avant d'aller au lit		
11/3/2025	03:25	121	84	53			
11/3/2025	03:27	118	86	52			
17/3/2025	06:14	121	82	61	au lever après avoir uriné et déféqué		
17/3/2025	06:16	114	82	63			
17/3/2025	06:18	114	82	61			
17/3/2025	06:58	105	79	72	après le petit déjeuner		
17/3/2025	07:49	103	76	77	après les 30 minutes de sport séchage et habillage		
17/3/2025	12:23	131	80	65	Après une bière avant de déjeuner		
17/3/2025	12:25	119	81	63			
17/3/2025	12:26	107	81	66			
17/3/2025	13:10	115	80	64	Après le déjeuner		
17/3/2025	19:29	141	90	56	Avant le dîner		
17/3/2025	19:31	134	93	56			
17/3/2025	19:33	130	90	56			
17/3/2025	20:20	130	83	63	Après le dîner		
18/3/2025	02:27	142	92	49	Après une masturbation avant d'aller au lit		
18/3/2025	02:29	131	92	50			
18/3/2025	02:31	127	85	51			
24/3/2025	06:21	136	90	58	au lever après avoir uriné		

24/3/2025	06:25	126	93	61		
24/3/2025	06:26	130	93	61		
24/3/2025	07:31	123	91	75	après le petit déjeuner	
24/3/2025	08:32	118	86	75	après le sport séchage et habillage	
24/3/2025	19:33	138	93	56	avant le dîner	
24/3/2025	19:35	131	91	56		
24/3/2025	19:38	135	90	55	j'avais envie d'uriner	
24/3/2025	20:24	118	80	68	après le dîner	
25/3/0225	02:47	131	90	51	avant d'aller au lit	
25/3/0225	02:48	128	89	49		
25/3/0225	02:50	135	88	50		
31/3/2025	07:04	135	91	51	au lever	
31/3/2025	07:05	130	90	51		
31/3/2025	07:07	130	88	51		
31/3/2025	08:02	120	82	67	après le petit déjeuner	
31/3/2025	08:54	102	77	78	après le sport séchage et habillage	
31/3/2025	13:45	109	72	66	un peu plus tard après le déjeuner	
31/3/2025	19:45	132	83	65	avant le dîner	
31/3/2025	19:47	126	89	65		
31/3/2025	19:50	121	78	64		
31/3/2025	20:26	111	76	75	après le dîner	
1/4/2025	00:34	130	87	57	après masturbation avant d'aller au lit	
1/4/2025	00:36	124	88	59		
1/4/2025	00:38	121	84	59		
7/4/2025	07:01	132	95	74	au lever	
7/4/2025	07:03	126	91	64		

7/4/2025	07:05	126	91				
7/4/2025	07:47	119	89	69	après le petit déjeuner		
7/4/2025	08:51	110	82	74	après le sport séchage et habillage		
7/4/2025	20:13	110	79	68	après le dîner		
8/4/2025	00:27	128	84	57	après masturbation avant d'aller au lit		
8/4/2025	00:29	121	86	57			
8/4/2025	00:31	126	87	60			
14/4/2025	07:27	119	81	68	au lever		
14/4/2025	07:29	115	78	67			
14/4/2025	07:30	112	81	65			
14/4/2025	08:24	103	79	82	après le petit déjeuner		
14/4/2025	09:55	97	76	76	après la marche		
14/4/2025	12:34	126	88	56	avant le déjeuner		
14/4/2025	12:35	129	92	57			
14/4/2025	12:37	129	88	55			
14/4/2025	13:22	110	81	64	après le déjeuner		
14/4/2025	19:32	139	95	57	avant le dîner		
14/4/2025	19:33	125	87	57			
14/4/2025	19:35	132	85	57			
14/4/2025	20:11	105	76	68	après le dîner		
15/4/2025	01:21	120	85	55	après masturbation avant d'aller au lit		
15/4/2025	01:23	116	83	54			
15/4/2025	01:25	118	80	53			
22/4/2025	06:27	116	87	64	au lever après avoir uriné		
22/4/2025	06:29	118	78	60			
22/4/2025	06:31	116	83	62			

22/4/2025	07:17	112	78	64	après le petit déjeuner		
22/4/2025	12:34	131	95	58	avant le déjeuner		
22/4/2025	12:36	120	84	57			
22/4/2025	12:38	125	84	56			
22/4/2025	13:08	110	80	60	après le déjeuner		
22/4/2025	19:33	127	84	53	avant le dîner		
22/4/2025	19:35	127	88	54			
22/4/2025	20:11	118	76	62	après le dîner		
23/4/2025	00:48	134	91	55	après masturbation avant d'aller au lit		
23/4/2025	00:50	136	88	55	Après avoir uriné au lever		
23/4/2025	00:52	123	86	55			
28/4/2025	06:10	134	87	65			
28/4/2025	06:12	118	83	63			
28/4/2025	06:14	115	82	63			
28/4/2025	06:50	114	81	82	Après le petit déjeuner		
28/4/2025	07:50	99	71	79	Après le sport séchage et habillage		
28/4/2025	12:01	137	87	59	Avant le déjeuner		
28/4/2025	12:02	130	91	55			
28/4/2025	12:05	126	90	55			
28/4/2025	12:56	121	83	63	Après le déjeuner		
28/4/2025	19:31	123	85	59	Avant le dîner		
28/4/2025	19:33	115	84	57			
28/4/2025	19:34	115	82	56			
28/4/2025	20:11	112	76	67	Après le dîner		
29/4/2025	00:49	121	88	59	Après masturbation avant d'aller au lit		
29/4/2025	00:51	116	90	60			

29/4/2025	00:54	117	89	62		
5/5/2025	06:08	179	107	55	Après avoir uriné au lever	
5/5/2025	06:10	163	99	54		
5/5/2025	06:13	155	100	56		
5/5/2025	06:53	150	102	73	Après le petit déjeuner	
5/5/2025	08:21	117	86	70	Après le sport uriné et déféqué séchage et habillage	
5/5/2025	12:55	135	92	66	Après le déjeuner	
5/5/2025	19:34	159	98	54	Avant le dîner	
5/5/2025	19:35	154	104	61		
5/5/2025	19:38	163	100	59		
5/5/2025	20:15	140	92	65	Après le dîner	
5/5/2025	23:30	147	97	54	Avant d'aller au lit	
5/5/2025	23:31	144	90	54		
5/5/2025	23:33	130	87	55		
6/5/2025	06:43	135	88	61	Au lever après avoir uriné	
6/5/2025	06:45	128	91	63		
6/5/2025	06:47	128	86	62		
6/5/2025	07:23	122	85	68	Après le petit déjeuner	
6/5/2025	08:44	114	82	79	Après le sport séchage et habillage	
6/5/2025	12:12	156	104	59	Avant le déjeuner j'ai froid aux mains	
6/5/2025	12:14	170	97	60		
6/5/2025	12:17	158	96	60		
6/5/2025	13:04	172	109	68	Après le déjeuner j'ai moins froid aux mains	
6/5/2025	13:06	164	94	65		
6/5/2025	13:08	155	102	65		
6/5/2025	15:56	112	80	74	Après 2x20mn de marche plus froid aux mains ni au corps	

6/5/2025	20:10	112	87	70	Après le dîner		
7/5/2025	01:56	135	85	47	Après masturbation avant d'aller au lit		
7/5/2025	01:58	132	90	49			
7/5/2025	02:00	127	90	49			
12/5/2025	06:14	127	91	63	Après avoir uriné au lever		
12/5/2025	06:16	118	87	61			
12/5/2025	06:18	121	89	62			
12/5/2025	07:03	114	83	65	Après le petit déjeuner		
12/5/2025	12:45	133	88	65	Avant le déjeuner		
12/5/2025	12:46	128	90	64			
12/5/2025	12:49	128	92	65			
12/5/2025	13:35	125	86	67	Après le déjeuner		
12/5/2025	19:36	140	93	57	Avant le dîner		
12/5/2025	19:37	134	92	58			
12/5/2025	19:39	133	88	58			
12/5/2025	20:09	104	70	67	Après le dîner		
13/5/2025	00:31	124	82	54	Après masturbation avant d'aller au lit		
13/5/2025	00:34	117	83	55			
13/5/2025	00:36	116	86	54			
15/5/2025	09:27	127	89	62	1 heure environ après le sport		
15/5/2025	10:46	143	91	59	froid dans les mains		
15/5/2025	11:23	120	84	62	après avoir uriné et 10mn de marche toujours froid aux mains		
15/5/2025	12:19	132	84	58	avant le déjeuner plus froid aux mains		
15/5/2025	12:20	125	84	58			
15/5/2025	12:22	120	84	58			
15/5/2025	13:01	136	86	61	après le déjeuner		

15/5/2025	17:22	125	89	55	après-midi		
15/5/2025	19:23	140	93	57	avant le dîner froid aux mains		
15/5/2025	19:25	130	87	54			
15/5/2025	19:27	119	85	54			
15/5/2025	20:30	116	74	66	après le dîner		
16/5/2025	01:43	126	87	53	avant d'aller au lit		
16/5/2025	01:45	120	86	53			
16/5/2025	01:47	117	83	53			
19/5/2025	06:07	132	91	65	Après avoir uriné et déféqué beaucoup et 1 gorgée d'eau gazeuse, au lever		
19/5/2025	06:09	133	95	65			
19/5/2025	06:10	127	86	63			
19/5/2025	07:00	123	90	76	Après le petit déjeuner		
19/5/2025	08:41	104	81	71	Après le sport séchage et habillage		
19/5/2025	13:00	113	81	65	Après le déjeuner		
19/5/2025	19:24	135	93	58	Avant le dîner		
19/5/2025	19:26	130	91	56			
19/5/2025	19:27	126	91	55			
19/5/2025	20:12	119	84	63	Après le dîner		
20/5/2025	02:12	120	85	52	Après masturbation et avant d'aller au lit		
20/5/2025	02:13	115	85	51			
20/5/2025	02:16	113	83	51			
20/5/2025	17:28	120	81	54	Eau saint Yorre depuis le matin		
21/5/2025	05:36	140	92	65	Au lever		
21/5/2025	05:39	126	89	67			
21/5/2025	05:43	131	92	64			
21/5/2025	06:14	129	92	71	Après le petit déjeuner		
21/5/2025	08:14	129	91	78	Après le sport séchage et habillage et 1 gorgée d'eau gazeuse et 2 sablés		

21/5/2025	10:23	119	88	74	Après les courses et tout juste 15 amandes		
21/5/2025	11:57	138	93	66	Avant le déjeuner		
21/5/2025	11:59	139	92	63			
21/5/2025	12:01	137	90	65			
21/5/2025	12:48	121	90	76	Après le déjeuner		
21/5/2025	17:17	135	90	64	Dans l'après-midi		
21/5/2025	20:20	112	81	67	Après le dîner		
22/5/2025	01:07	130	89	56	Après un morceau de pain d'épices une masturbation avant d'aller au lit		
22/5/2025	01:10	124	87	57			
22/5/2025	01:12	133	87	57			
23/5/2025	01:09	146	93	60	Avant d'aller au lit		
23/5/2025	01:12	139	88	61			
23/5/2025	01:13	138	89	62			
23/5/2025	06:27	147	98	70	Après avoir uriné au lever		
23/5/2025	06:29	143	96	71			
23/5/2025	06:31	138	95	74			
23/5/2025	06:34	127	97	74	En respirant de plus en plus profondément les 3 dernières prises		
23/5/2025	08:01	144	97	65	Après la prise de sang		
23/5/2025	08:04	140	95	66			
23/5/2025	08:07	137	91	65	En respirant par le nez lentement et profondément		
23/5/2025	08:12	141	94	65	En respirant par le nez lentement et profondément mais en ayant froid dans les bras et le torse		
23/5/2025	08:54	139	90	76	Après le petit déjeuner en ayant remis le gilet sur le brassard du tensiomètre		
23/5/2025	08:57	132	84	75			
23/5/2025	09:00	123	81	73			
23/5/2025	12:48	142	89	71	Après le déjeuner avec boudin aux oignons 20cl de vin blanc et 100g de compote		
23/5/2025	12:50	126	87	73	En respirant lentement et profondément		

24/5/2025	00:21	139	96	66	Après masturbation avant d'aller au lit		
24/5/2025	00:22	130	93	64			
24/5/2025	00:24	126	91	61			
26/5/2025	06:21	130	94	60	Au lever		
26/5/2025	06:25	132	95	61	un petit goût salé est venu dans ma bouche		
26/5/2025	06:28	133	90	62	toujours ce goût salé		
26/5/2025	07:24	126	84	67	Après le petit déjeuner		
26/5/2025	09:00	118	82	65	Après le sport séchage et habillage avec les habits respirant et pas trop couvert je suis resté relativement frais du		
26/5/2025	12:51	127	90	65	Après le déjeuner		
26/5/2025	19:41	139	92	56	Avant le dîner		
26/5/2025	19:44	136	90	57			
26/5/2025	19:46	134	91	57			
26/5/2025	20:20	16	90	66	Après le dîner		
26/5/2025	00:32	133	93	59			
26/5/2025	00:35	125	86	58			
26/5/2025	00:37	129	88	56			
29/5/2025	06:27	125	91	77	Au lever après avoir uriné et déféqué, habillé et mis un gilet. prise dans le gilet température pièce fraîche		
29/5/2025	06:29	126	88	75	me refroidit un peu		
29/5/2025	06:30	118	82	73			
29/5/2025	08:01	118	85	77			
29/5/2025	23:25	126	87	64	chaud à la tête humidité ambiante élevé		
2/6/2025	06:40	125	88	58	Au lever après avoir uriné et déféqué		
2/6/2025	06:43	123	88	59			
2/6/2025	06:45	123	89	59			
2/6/2025	07:31	120	82	61	Après le petit déjeuner frais dans la pièce uniquement la manche gauche enlevée		
2/6/2025	12:34	119	80	62	Avant de déjeuner après 2 gorgées d'eau gazeuse et 2 bières		

2/6/2025	13:31	120	83	61	Après le déjeuner		
2/6/2025	19:38	145	93	59	Avant le dîner juste après avoir uriné		
2/6/2025	19:40	144	95	57			
2/6/2025	19:43	137	96	56			
2/6/2025	20:34	123	76	70	Après le dîner taboulé plus salé que d'habitude		
3/6/2025	02:35	132	86	53	Après être réveillé devant la télé uriné et déféqué avant d'aller au lit		
3/6/2025	02:38	123	82	52			
3/6/2025	02:40	119	81	52			
7/6/2025	06:17	151	97	59	Au lever avec le bonnet de nuit une manche seulement découverte frais sur les pieds nus et choc thermique avec		
7/6/2025	06:19	142	94	57			
7/6/2025	06:21	134	94	57			
9/6/2025	06:24	137	87	56	Au lever seulement la manche du brassard dévêtue		
9/6/2025	06:26	122	88	55			
9/6/2025	06:28	113	86	56	Après la mesure enfilage de la manche du brassard et refermage de la robe de chambre.		
9/6/2025	13:34	96	67	63	Après le déjeuner ai une crispation entre les deux yeux. prise d'une demi-tranche de pain d'épices.		
9/6/2025	20:27	120	81	66	Après le dîner		
10/6/2025	00:09	121	86	56	Avant d'aller au lit		
10/6/2025	00:11	126	88	56			
10/6/2025	00:13	114	86	56			
16/6/2025	06:53	135	91	61	Après le petit déjeuner.		
16/6/2025	06:54	131	81	62			
16/6/2025	06:56	123	86	61			
16/6/2025	08:40	116	79	57	Après séchage et habillage et 2 gorgées d'eau gazeuse.		
16/6/2025	12:22	139	88	56	Après 2 gorgées d'eau gazeuse 2 bières.		
16/6/2025	12:24	130	80	54			
16/6/2025	12:25	118	83	56			

16/6/2025	19:32	130	84	50	Avant le dîner		
16/6/2025	19:34	132	86	51			
16/6/2025	19:36	122	86	50			
16/6/2025	20:20	115	78	57	Après le dîner.		
17/6/2025	01:44	125	84	46	Avant d'aller au lit.		
17/6/2025	01:45	127	85	47			
17/6/2025	01:47	119	85	47			
23/6/2025	06:14	124	87	56	Au lever après avoir uriné et déféqué.		
23/6/2025	06:16	120	87	55			
23/6/2025	06:19	121	84	56			
23/6/2025	07:00	117	82	64	Après le ppdm neutre		
23/6/2025	08:32	109	83	67	Après le sport douche sommaire séchage et habillage 2 gorgées d'eau gazeuse.		
23/6/2025	12:56	121	77	62	Après le déjeuner, avant 2 gorgées d'eau gazeuse et 2 bières.		
23/6/2025	19:23	134	86	51	Avant le dîner.		
23/6/2025	19:24	126	86	50			
23/6/2025	19:27	130	85	50			
23/6/2025	20:15	102	75	59	Après le dîner.		
24/6/2025	00:52	128	89	49	Avant d'aller au lit après une masturbation.		
24/6/2025	00:54	122	88	49			
24/6/2025	00:56	125	85	48			
30/6/2025	06:16	131	92	59	Après prise PH et glycémie.		
30/6/2025	06:18	131	91	57			
30/6/2025	06:20	131	91	57			
30/6/2025	06:59	131	95	64	Après le petit déjeuner neutre.		
30/6/2025	08:39	112	81	67	Après le sport séchage et habillage et une gorgée d'eau gazeuse.		
30/6/2025	12:14	113	73	61	Après 2 gorgées d'eau gazeuse et 2 bières au café, avant de déjeuner.		

30/6/2025	12:16	110	73	63		
30/6/2025	12:18	117	72	60		
30/6/2025	12:54	105	74	64	Après le déjeuner et une gorgée d'eau gazeuse.	
30/6/2025	19:21	114	77	61	Avant le dîner après 1 gorgée d'eau gazeuse.	
30/6/2025	19:22	114	77	60		
30/6/2025	19:24	115	79	59		
30/6/2025	20:03	112	75	65	Après le dîner et une gorgée d'eau gazeuse.	
1/7/2025	02:33	125	90	52	Avant d'aller au lit.	
1/7/2025	02:34	128	90	51		
1/7/2025	02:36	125	91	51		
7/7/2025	08:03	129	87	66	Après prise PH et glycémie.	
7/7/2025	08:04	119	87	68		
7/7/2025	08:06	114	88	70		
7/7/2025	08:37	116	75	66	Après le petit déjeuner	
7/7/2025	10:13	108	86	71	Après le sport séchage et habillage.	
7/7/2025	12:35	124	85	64	Avant le déjeuner après 2 gorgées d'eau gazeuse et 2 bières au café.	
7/7/2025	12:38	104	74	62		
7/7/2025	12:40	99	74	62		
7/7/2025	13:34	98	70	65	Après le déjeuner 8 sablés au sarrasin et 2 gorgées d'eau gazeuse.	
7/7/2025	19:20	132	85	52	Avant le dîner.	
7/7/2025	19:22	119	85	52		
7/7/2025	19:23	125	85	53		
7/7/2025	20:09	123	80	59	Après le dîner.	
8/7/2025	01:16	136	92	49	Avant d'aller au lit.	
8/7/2025	01:19	129	84	49		
8/7/2025	01:20	123	88	49		

14/7/2025	06:20	117	83	60	Après prise PH et glycémie.		
14/7/2025	06:22	113	81	57			
14/7/2025	06:23	117	85	57			
14/7/2025	07:01	122	95	66	Après le petit déjeuner.		
14/7/2025	08:35	107	78	64	Après le sport séchage et habillage.		
14/7/2025	12:57	109	74	62	Après le déjeuner.		
14/7/2025	16:27	106	74	72	Après la marche de l'après-midi séchage et habillage.		
14/7/2025	19:23	117	88	57	Avant le dîner.		
14/7/2025	19:24	116	80	55			
14/7/2025	19:26	110	81	56			
14/7/2025	20:03	117	77	69	Après le dîner.		
15/7/2025	02:01	123	82	52	Avant d'aller au lit.		
15/7/2025	02:03	110	84	53			
15/7/2025	02:05	113	86	53			
21/7/2025	07:29	113	83	58	Après prise PH et glycémie et deux gorgées d'eau plate.		
21/7/2025	07:30	118	85	57			
21/7/2025	07:32	116	88	60			
21/7/2025	08:14	119	78	59	Après le petit déjeuner.		
21/7/2025	10:17	110	77	54	Une heure environ après le séchage et habillage suite au sport.		
21/7/2025	12:21	134	95	60	Après 1 bière au café avant de déjeuner.		
21/7/2025	12:23	118	87	60			
21/7/2025	12:29	123	86	54			
21/7/2025	13:01	115	81	58	Après le déjeuner.		
21/7/2025	20:08	121	89	61	Après le dîner.		
22/7/2025	02:38	127	84	50	Après masturbation avant d'aller au lit.		
22/7/2025	02:39	122	84	49			

22/7/2025	02:42	119	86	51		
28/7/2025	08:26	123	85	63	Après prise PH, glycémie et 2 gorgées d'eau gazeuse.	
28/7/2025	08:28	115	87	66		
28/7/2025	08:31	110	85	63		
28/7/2025	09:13	112	83	69	Après le petit déjeuner.	
28/7/2025	13:06	95	64	68	Après le déjeuner.	
28/7/2025	19:32	122	86	54	Avant de dîner	
28/7/2025	19:33	117	85	54		
28/7/2025	19:35	112	83	56		
28/7/2025	20:10	112	80	66	Après le dîner.	
29/7/2025	02:17	156	90	50	Avant d'aller au lit.	
29/7/2025	02:20	151	98	52		
29/7/2025	02:21	124	98	53		
4/8/2025	07:59	114	81	71	Après prise PH et glycémie et deux gorgées d'eau gazeuse.	
4/8/2025	08:01	107	82	69		
4/8/2025	08:03	105	80	67		
4/8/2025	08:41	117	83	69	Après le petit déjeuner.	
4/8/2025	10:30	103	74	73	Après le sport, séchage, habillage et prise d'une gorgée d'eau gazeuse.	
4/8/2025	19:36	120	82	65	Avant de dîner.	
4/8/2025	19:38	112	77	66		
4/8/2025	19:40	116	80	64		
4/8/2025	20:20	106	79	72	Après le dîner.	
5/8/2025	03:34	122	87	60	Avant d'aller au lit.	
5/8/2025	03:36	119	89	64		
5/8/2025	03:37	111	86	61		
11/8/2025	06:22	138	90	62	Après prise PH & glycémie et deux gorgées d'eau gazeuse.	

11/8/2025	06:24	120	95	64		
11/8/2025	06:27	119	91	61		
11/8/2025	07:13	127	83	68	Après le petit déjeuner.	
11/8/2025	08:53	123	84	73	Après le sport séchage et habillage.	
11/8/2025	12:19	142	93	58	Après deux gorgées d'eau gazeuse avant le déjeuner.	
11/8/2025	12:21	137	88	57		
11/8/2025	12:23	126	88	57		
11/8/2025	13:08	115	79	66	Après le déjeuner.	
11/8/2025	19:31	118	86	61	Après une gorgée d'eau gazeuse avant de dîner.	
11/8/2025	19:32	132	84	58		
11/8/2025	19:34	115	80	58		
11/8/2025	20:12	127	78	64	Après le dîner.	
12/8/2025	01:23	118	84	56	Avant d'aller au lit.	
12/8/2025	01:25	115	85	53		
12/8/2025	01:29	116	89	57		
18/8/2025	06:42	134	91	57	Après prise PH et glycémie.	
18/8/2025	06:45	118	90	59		
18/8/2025	06:46	110	89	59	Après prise de deux gorgées d'eau gazeuse.	
18/8/2025	07:29	117	82	60	Après le petit déjeuner neutre plus deux gorgées d'eau gazeuse.	
18/8/2025	09:55	102	77	66	Après le sport séchage et habillage.	
18/8/2025	12:26	129	85	51	Avant le déjeuner.	
18/8/2025	12:28	122	85	53		
18/8/2025	12:30	123	86	53		
18/8/2025	13:17	108	79	57	Après le déjeuner.	
18/8/2025	19:38	137	95	56	Avant de dîner.	
18/8/2025	19:40	135	93	56		

18/8/2025	19:42	135	89	55		
18/8/2025	20:16	120	82	61	Après le dîner.	
19/8/2025	01:52	129	89	53	Avant d'aller au lit.	
19/8/2025	01:54	121	82	52		
19/8/2025	01:56	119	86	51	Prise de deux gorgées d'eau gazeuse.	
25/8/2025	08:28	157	101	108	à jeun après le sport.	
25/8/2025	08:30	133	95	108		
25/8/2025	08:31	138	99	104		
25/8/2025	12:18	143	100	69	Avant le déjeuner.	
25/8/2025	12:27	155	107	71		
25/8/2025	12:30	143	102	69		
8/9/2025	07:00	139	91	73	Après prise PH et glycémie et deux gorgées d'eau plate	
8/9/2025	07:02	126	92	73		
8/9/2025	07:06	124	91	75		
8/9/2025	07:45	124	84	78	Après Pddm neutre et une gorgée d'eau gazeuse.	
8/9/2025	09:07	124	83	72	Après séchage et habillage et après prise de deux gorgées d'eau gazeuse.	
8/9/2025	15:01	104	66	69	Après le déjeuner 2 gorgées d'eau gazeuse 1 verre de vin blanc et 1 gorgée d'eau gazeuse et 8 sablés bretons à la	
8/9/2025	19:27	135	87	69	Avant de dîner.	
8/9/2025	19:28	124	85	68		
8/9/2025	19:32	128	86	67		
8/9/2025	20:15	111	79	70	Après le dîner. prise de deux gorgées d'eau gazeuse.	
8/9/2025	23:02	118	81	70	Après deux gorgées d'eau gazeuse. Avant d'aller au lit.	
8/9/2025	23:05	121	83	69		
8/9/2025	23:07	113	81	67		
15/9/2025	06:23	124	83	65	Après prise PH et glycémie suivi deux gorgées d'eau gazeuse.	
15/9/2025	06:25	124	79	65		

15/9/2025	06:27	116	80	66		
15/9/2025	08:56	119	81	63	Après séchage et habillage et après prise de deux gorgées d'eau gazeuse.	
15/9/2025	12:32	129	89	66	Avant le déjeuner.	
15/9/2025	12:35	121	85	64		
15/9/2025	12:37	111	82	62		
15/9/2025	13:24	110	80	68	Après deux gorgées d'eau gazeuse et après le déjeuner.	
15/9/2025	20:01	144	97	56	Avant le dîner.	
15/9/2025	20:03	133	90	57		
15/9/2025	20:04	131	92	56		
15/9/2025	20:42	110	81	66	Après le dîner et deux gorgées d'eau gazeuse.	
15/9/2025	22:37	114	83	63	Avant d'aller au lit	
15/9/2025	22:39	106	82	64		
15/9/2025	22:41	107	82	63		
22/9/2025	05:57	123	89	56	Après avoir bu trois gorgées d'eau gazeuse et pris PH, glycémie.	
22/9/2025	06:01	129	88	57		
22/9/2025	06:03	127	89	57		
22/9/2025	06:44	140	91	61	Après le petit déjeuner et bu une gorgée d'eau gazeuse.	
22/9/2025	08:03	132	92	65	Après la séance de 45mn de vélo elliptique séchage et habillage.	
22/9/2025	12:48	115	72	63	Après trois gorgées d'eau gazeuse 2 bières au café. Avant de déjeuner.	
22/9/2025	12:50	100	74	66		
22/9/2025	12:51	113	77	67		
22/9/2025	13:42	119	83	68	Après huit sablés bretons à la farine de sarrasin au dessert une gorgée d'eau gazeuse et après le déjeuner.	
22/9/2025	19:33	145	92	55	Avant le dîner.	
22/9/2025	19:36	147	97	54		
22/9/2025	19:38	149	92	54		
22/9/2025	20:15	131	89	62	Après le dîner.	

22/9/2025	22:59	138	89	57	Avant d'aller au lit.		
22/9/2025	23:01	123	92	58			
22/9/2025	23:03	127	89	57			
29/9/2025	05:54	133	96	60	Au lever après avoir bu deux gorgées d'eau gazeuse et pris PH, glycémie.		
29/9/2025	05:57	130	89	58			
29/9/2025	05:59	126	96	60			
29/9/2025	06:38	135	94	66	Après Pddm neutre et bu une gorgée d'eau gazeuse.		
29/9/2025	08:20	115	85	71	Après le sport séchage et habillage et bu deux gorgées d'eau gazeuse.		
29/9/2025	12:48	116	82	77	Après avoir bu deux gorgées d'eau gazeuse. fait un marché de 15mn. bu une bière au café. Fait une marche de 15		
29/9/2025	12:50	108	79	73			
29/9/2025	12:52	113	79	69			
29/9/2025	13:38	111	82	75	Après avoir bu deux gorgées d'eau gazeuse déjeuné au dessert pris huit sablés bretons à la farine de sarrasin bu e		
29/9/2025	19:22	142	94	57	Avant de dîner.		
29/9/2025	19:24	132	91	56			
29/9/2025	19:28	138	88	56			
29/9/2025	20:03	134	87	63	Après le dîner.		
30/9/2025	00:42	158	102	58	Après masturbation avant d'aller au lit.		
30/9/2025	00:45	167	97	61			
30/9/2025	00:48	156	107	64			
30/9/2025	06:22	162	106	82	Au lever après prise du PH de la glycémie et bu deux gorgées d'eau gazeuse.		
30/9/2025	06:23	151	100	79			
30/9/2025	06:25	143	93	82			
30/9/2025	08:55	134	91	82	Après le pddm neutre et bu deux gorgées d'eau gazeuse séance de sport bu plusieurs gorgées d'eau plate séchag		
30/9/2025	12:53	162	97	67	Après deux gorgées d'eau plate avant de déjeuner en retard de 36mn.		
30/9/2025	12:55	156	93	72			
30/9/2025	12:57	179	98	70			

30/9/2025	13:35	149	100	74	Après le déjeuner au dessert huit sablés bretons à la farine de sarrasin bu que de l'eau plate.		
30/9/2025	13:38	142	99	75			
30/9/2025	13:41	141	95	74			
30/9/2025	19:28	147	99	59	Avant de dîner		
30/9/2025	19:30	134	92	59			
30/9/2025	19:35	139	95	58			
30/9/2025	20:11	132	92	69	Après le dîner.		
30/9/2025	23:47	149	94	56	Avant d'aller au lit.		
30/9/2025	23:50	141	91	57			
30/9/2025	23:52	136	91	57			
1/10/2025	06:41	140	98	71	Après prise PH et glycémie.		
1/10/2025	06:42	134	96	69	Il faut penser positif.		
1/10/2025	06:47	126	91	67			
1/10/2025	07:17	130	93	71	Après le petit déjeuner neutre et deux gorgées d'eau plate.		
1/10/2025	08:21	127	98	83	Après le sport séchage et habillage.		
1/10/2025	12:21	147	95	64	Avant de déjeuner.		
1/10/2025	12:23	127	90	59			
1/10/2025	12:26	136	86	57			
1/10/2025	13:01	127	89	68	Après le déjeuner.		
1/10/2025	19:35	153	102	62	Avant de dîner.		
1/10/2025	19:37	138	94	57			
1/10/2025	19:41	144	90	57			
1/10/2025	20:16	135	83	62	Après le dîner.		
2/10/2025	00:48	145	94	54	Avant d'aller au lit.		
2/10/2025	00:51	136	92	55			
2/10/2025	00:53	128	88	56			

2/10/2025	07:12	142	89	63	Au lever après avoir pris le PH et la glycémie.		
2/10/2025	07:15	137	99	67			
2/10/2025	07:18	135	89	62			
2/10/2025	07:56	125	89	68	Après le petit déjeuner.		
2/10/2025	09:17	121	89	83	Après le sport séchage et habillage. Prise de deux gorgées d'eau gazeuse.		
2/10/2025	12:04	150	98	58	Avant de déjeuner.		
2/10/2025	12:28	145	97	56			
2/10/2025	12:30	153	97	53	glycémie à 98		
2/10/2025	13:27	132	79	67	Après le déjeuner avec en dessert huit sablés bretons à la farine de sarrasin et une gorgée d'eau gazeuse.		
2/10/2025	19:29	163	97	60	Après trois gorgées d'eau plate une gorgée d'eau gazeuse et avant de dîner.		
2/10/2025	19:32	155	97	58			
2/10/2025	19:34	147	96	60	glycémie 98		
2/10/2025	20:16	139	91	71	Après le dîner bu une gorgée d'eau gazeuse.		
2/10/2025	23:28	131	91	63	Avant d'aller au lit.		
2/10/2025	23:31	121	85	62			
2/10/2025	23:34	123	89	62			
3/10/2025	23:16	114	83	67	Avant d'aller au lit.		
3/10/2025	23:18	109	81	65			
3/10/2025	23:20	103	77	66			
4/10/2025	05:17	140	92	64	Au lever après prise PH et glycémie.		
4/10/2025	05:21	137	89	62			
4/10/2025	05:23	129	86	60			
4/10/2025	22:00	171	87	63	Avant d'aller au lit.		
4/10/2025	22:02	131	87	65			
4/10/2025	22:04	135	88	63			
5/10/2025	05:16	166	103	67	Après avoir pris le PH la Glycémie.		

5/10/2025	05:19	158	95	66		
5/10/2025	05:20	141	99	66		
5/10/2025	21:35	113	82	66	Avant d'aller au lit.	
5/10/2025	21:37	116	85	64		
5/10/2025	21:39	124	81	62		
6/10/2025	06:17	160	95	67	Au lever après avoir uriné et pris le PH la Glycémie.	
6/10/2025	06:20	144	90	65		
6/10/2025	06:22	139	93	64		
7/10/2025	08:04	172	108	99	Après le sport.	
7/10/2025	08:06	161	107	100		
7/10/2025	08:08	156	105	97		
7/10/2025	08:30	149	96	84	Après deux gorgées d'eau gazeuse.	
7/10/2025	08:34	143	97	81		
8/10/2025	06:47	132	88	86	Au lever après prise PH et glycémie.	
8/10/2025	06:51	115	87	82		
8/10/2025	06:54	132	92	83		
13/10/2025	07:17	119	81	88	Au lever sans avoir mangé.	
13/10/2025	07:21	103	68	85		
13/10/2025	07:23	108	72	85		
13/10/2025	15:29	109	81	96	Bien après le déjeuner.	
15/10/2025	01:04	126	90	64	Avant d'aller au lit. Après eau gazeuse et plate.	
15/10/2025	01:08	126	86	63		
15/10/2025	01:10	134	86	62		
15/10/2025	08:07	120	84	84	Après aller-retour pour l'analyse biologique.	
15/10/2025	08:10	110	81	78		
15/10/2025	08:12	115	85	78		

15/10/2025	09:02	127	82	78	Après le pddm neutre. Prise de deux gorgées d'eau gazeuse.		
20/10/2025	07:23	147	98	69	Au lever après une gorgée d'eau plate		
20/10/2025	07:24	139	100	71			
20/10/2025	07:29	140	99	75			
20/10/2025	13:40	138	84	82	Après le déjeuner avec un verre de vin blanc quatre sablés bretons à la farine de sarrasin et cinq sablés de l'abbay		
21/10/2025	23:18	127	91	75	Avant d'aller au lit après une masturbation.		
21/10/2025	23:20	124	87	71			
21/10/2025	23:22	115	87	74			
22/10/2025	05:56	141	87	80	Après prise PH glycémie et bu deux gorgées d'eau gazeuse.		
22/10/2025	05:59	132	88	77			
22/10/2025	06:01	131	87	77			
22/10/2025	22:24	158	90	74	Avant d'aller au lit.		
22/10/2025	22:24	154	101	81			
22/10/2025	22:29	144	96	79			
22/10/2025	22:30	139	87	76			
22/10/2025	22:32	139	82	75			
23/10/2025	05:27	131	86	64	Après prise du PH et de la glycémie.		
23/10/2025	05:29	117	85	69			
23/10/2025	05:31	114	84	68			
23/10/2025	06:07	114	81	71	Après Pddm neutre.		
23/10/2025	07:21	111	78	76	Après la séance de sport séchage et habillage.		
23/10/2025	22:24	123	83	75	Avant d'aller au lit.		
23/10/2025	22:26	125	84	74			
23/10/2025	22:28	126	86	76			
24/10/2025	05:50	134	94	69	Après la prise de la glycémie.		
24/10/2025	05:53	134	84	69			

24/10/2025	05:55	135	94	71		
24/10/2025	06:37	134	85	78	Après pesée pddm neutre et une gorgée d'eau gazeuse.	
24/10/2025	07:38	126	88	84	Après la séance de vélo elliptique séchage et habillage et bu deux gorgées d'eau gazeuse.	
24/10/2025	23:12	137	80	67	Après prise glycémie.	
24/10/2025	23:14	122	82	69		
24/10/2025	23:15	116	79	68		
25/10/2025	06:31	135	93	65	Après prise de la glycémie.	
25/10/2025	06:33	128	86	64		
25/10/2025	06:35	134	90	63		
25/10/2025	07:08	127	84	67	Après la pesée et le pddm neutre.	
25/10/2025	08:11	112	76	75	Après la séance de sport et bu une gorgée d'eau gazeuse séchage et habillage.	
26/10/2025	06:24	152	92	77	Après prise de la glycémie.	
26/10/2025	06:26	145	92	74		
26/10/2025	06:30	131	96	76		
26/10/2025	08:25	121	88	83	Après modification du fuseau horaire dans les paramètres pour avoir le décalage UTC + 2h et le pddm neutre.	
26/10/2025	10:13	129	87	76	Bien après la séance de sport séchage et habillage et bu une gorgée d'eau gazeuse.	
26/10/2025	23:02	146	100	59	Après pesée sur le pèse-personne classique..	
26/10/2025	23:03	137	97	57		
26/10/2025	23:05	131	88	56		
27/10/2025	05:59	136	92	64	Après prise de la glycémie.	
27/10/2025	06:01	133	90	66		
27/10/2025	06:05	137	90	65	Après être monté dans la chambre éteindre la sonnerie du réveil qui sonne tous les jours à six heures.	
27/10/2025	06:49	133	85	73	Après avoir mangé le pddm normal à l'eau plate. Puis séance de vélo elliptique de 30mn.	
27/10/2025	07:55	117	80	77	Après la séance de sport séchage et habillage et bu une gorgée d'eau gazeuse.	
27/10/2025	19:30	147	98	64	Avant de dîner. bu pas mal d'eau gazeuse dans l'après-midi et une tisane de thym avec de la gelée de thym..	
27/10/2025	19:33	160	102	67		

27/10/2025	19:34	169	99	68		
27/10/2025	19:36	174	104	66	Pas de symptômes de tachycardie, je suis serein on verra après le repas.	
27/10/2025	19:55	168	111	66	Je viens d'aller uriner uriné plutôt transparente que jaune je reprends ma tension.	
27/10/2025	19:57	160	103	65		
27/10/2025	19:59	145	96	64	ça baisse, je vais continuer de dîner.	
27/10/2025	20:32	145	93	72	Après la prise de glycémie après le dîner.	
27/10/2025	20:33	165	91	72		
27/10/2025	20:35	143	89	73		
27/10/2025	20:37	128	92	75		
27/10/2025	20:38	121	82	70	Ouf! il faut être patient et serein.	
27/10/2025	23:13	148	93	62	Après prise de la glycémie.	
27/10/2025	23:15	136	96	62		
27/10/2025	23:17	135	88	61		
28/10/2025	07:27	137	92	78	Après la prise de la glycémie.	
28/10/2025	07:29	136	95	79		
28/10/2025	07:32	129	96	78		
28/10/2025	08:09	133	92	81	Après le pddm neutre et avoir déféqué.	
28/10/2025	09:24	115	84	80	Après la séance de vélo elliptique séchage et habillage.	
28/10/2025	22:26	120	79	67	Avant d'aller au lit midi dessert compote 4 sablés bretons à la farine de sarrasin 4 sablés de l'abbaye à la farine de	
28/10/2025	22:27	112	75	67		
28/10/2025	22:29	105	78	64		
29/10/2025	06:26	135	82	64	Après la prise de la glycémie.	
29/10/2025	06:31	119	83	63		
30/10/2025	01:44	159	100	52	Après la prise de la glycémie.	
30/10/2025	01:45	151	96	52		
30/10/2025	01:48	153	96	53		

30/10/2025	01:50	145	95	52		
30/10/2025	01:51	141	90	51	Sans symptômes de tachycardie !	
30/10/2025	09:11	134	87	66	Après prise de la glycémie.	
30/10/2025	09:13	131	89	67		
30/10/2025	09:14	130	86	70		
31/10/2025	06:40	134	91	68	Au lever après avoir uriné et bu une gorgée d'eau gazeuse	
31/10/2025	06:42	131	87	66		
31/10/2025	06:43	134	92	62		
31/10/2025	22:42	141	92	68	Après prise de la glycémie.	
31/10/2025	22:44	133	85	67		
31/10/2025	22:45	123	85	66		
1/11/2025	06:24	144	88	61	Après la prise de la glycémie.	
1/11/2025	06:26	133	89	62		
1/11/2025	06:28	129	88	61		
2/11/2025	00:29	125	81	64	Après la pesée.	
2/11/2025	00:31	116	79	65		
2/11/2025	00:32	112	2	65		
2/11/2025	05:41	130	88	62	Après prise de la glycémie.	
2/11/2025	05:43	123	80	60		
2/11/2025	05:45	117	83	60		
2/11/2025	06:28	134	84	65	Après habillage sport et fait gonflé les flocons avoir mangé le pddm neutre et fait la vaisselle du pddm.	
2/11/2025	07:41	120	78	71	Après la séance de sport nettoyage séchage et habillage ville et bu une gorgée de d'eau gazeuse.	
2/11/2025	22:52	109	79	67	Après la prise de la glycémie avant d'aller au lit	
2/11/2025	22:55	111	86	66		
2/11/2025	22:57	110	77	63		
3/11/2025	06:09	150	92	62	Après la prise de la glycémie.	

3/11/2025	06:10	140	92	63		
3/11/2025	06:12	132	88	65		
3/11/2025	07:05	139	91	62	Après le pddm neutre et bu une gorgée d'eau gazeuse.	
3/11/2025	08:16	127	83	67	Après la séance de sport séchage nettoyage et habillage ville.	
10/11/2025	16:02	110	71	75	Après le déjeuner et pesée sur le pèse-personne classique.	
10/11/2025	23:51	148	93	66	Après la pesée.	
10/11/2025	23:53	134	88	63		
10/11/2025	23:55	128	85	62		