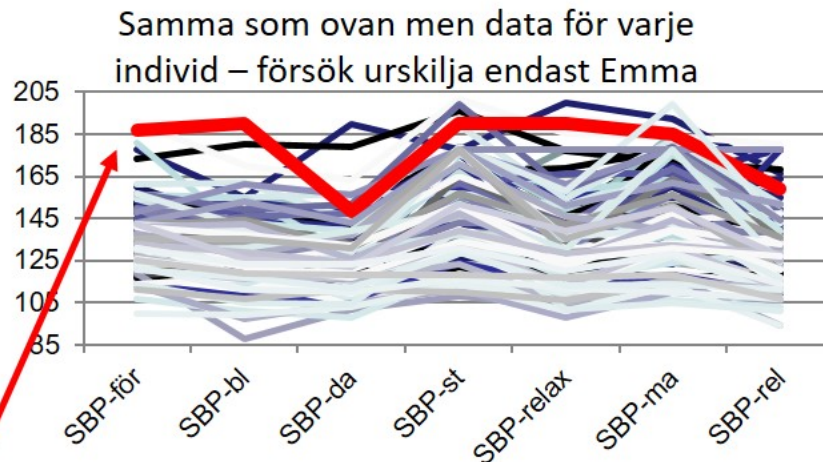
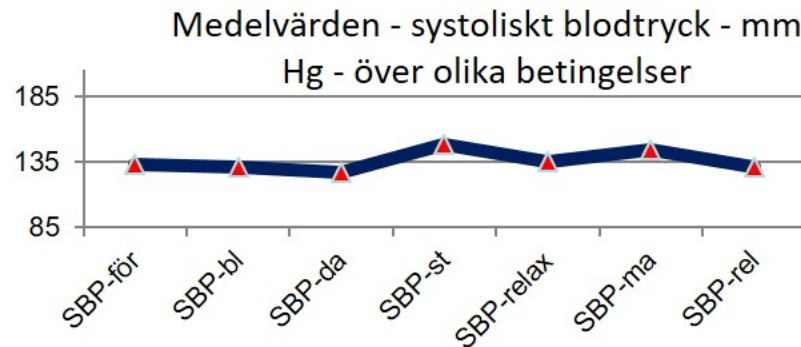


# EVIDENS PÅ GRUPP OCH INDIVIDUELL NIVÅ

Empirisk evidens – **grupp data** (120 personer) där individuella data inte kan identifieras vilket är av klinisk betydelse!



Fråga 1:  
Om Emma – röd linje värde 2 (c 143 mm Hg) – tränar sitt andningsbeteende – vad händer då över tid?

Fråga 2: Bättre än betablockerare (läkmedel) – eller?

Biologisk evidens för Emma (röd linje) som inte visste/kände hon hade högt blodtryck och som aldrig tränat sitt andningsbeteende men när hon en gång gör det i en studie så sker ovan! Inte första gången vi ser detta i kliniska arbetet genom åren. Betingelserna är: baslinje, lugn andning, verbal stress, avslappning, mattestress och avslappning