

Инструкция для холтеровское мониторирование ЭКГ+АД.

Все сказанное в 2х инструкциях к обычному холтеру полностью относится и к этому виду исследования. Плюс еще немного инструкций.

Измерения давления. Прибор будет периодически измерять артериальное давление. Измеряется давление всем известным способом – на руке будет надета манжета, и прибор будет ее надувать, сжимать руку. Кроме манжеты, на руке будет прикреплен микрофон, так как прибор измеряет давление не так как домашние тонометры, а так как врач измеряет давление вручную.

И надувает манжету, и высчитывает давление прибор сам, автоматически, однако от вас требуется, чтобы вы не шевелились при измерении давления. Перед началом надувания манжеты прибор издает сигнал, пищит, примерно 5 секунд. Как только вы услышали писк, нужно подготовиться к измерению давления. Если не услышали, не страшно, все равно вы почувствуете, как начала накачиваться манжета, и успеете подготовиться.

Итак, 1) лучше сесть (если вы дома). Ночью продолжайте лежать. На улице остановитесь и постоит. Стоять можно, идти продолжать нельзя. Ходьба по лестнице (специальное задание) должна быть в 15-минутных промежутках между измерениями давления. 2) Не разговаривать, телефон чтобы в кармане не звонил, то есть чтобы никакие звуки от вас не исходили. 3) Не шевелиться, только расслабившись, не напряженно. 4)левой рукой с манжетой в особенности не шевелить, расслабить. Руку можно положить на колено или вниз свесить «по швам». 5) Ждать пока закончится измерение. Оно может длиться до 2х минут. Конец измерения – это когда после постепенного сдувания манжеты резко сбрасываются остатки воздуха.

Периодичность измерений: 1 раз в 15 минут днем. НО, если измерение не получилось, то будет повторное измерение через 1 минуту. Если второе измерение не получилось, то будет третье, еще через 1 минуту. Если три раза подряд не получилось, то тогда уже прибор выждет 15 минут. Измерение может не получиться, если вы как-то шевелитесь, а кроме того, если есть помехи на кардиограмме (у прибора кардиограмма и давление связаны), поэтому то, что было сказано выше про отсутствие физической нагрузки и сохранность датчиков, к давлению тоже относится. Ночью (с 24:00 до 6:00) периодичность 1 раз в 25 минут, предупредительный сигнал ночью не включается. За все исследование обычно получается 70-80 измерений.

Нужно присматривать за манжетой. Совсем липучка на манжете вряд ли расстегнется, но манжета может сползти вниз, на локоть, а она должна быть выше локтя. Поэтому между измерениями можно манжету поправлять, расстегивать и застегивать. Также к манжете идет воздушный шланг, трубочка. За ней тоже нужно присматривать, чтобы нигде не перегнулась и не рассоединилась в местах соединения.

На приборе есть кнопка ручного запуска внеочередного измерения давления. Нажимать ее не нужно, потому что давление и так часто измеряется, но если случайно ее нажмете, то ничего страшного, просто будет на одно измерение больше. На экране прибора будут видны получившиеся цифры давления. Смотреть на них не нужно, это предварительные результаты, после проверки записи врачом окончательные результаты могут быть другими.

При: резких движениях, походах на работу, отпадывании датчиков ЭКГ, сползании манжеты и прочих несоблюдениях инструкции прибор будет надуть манжету сильно, до онемения, и держать надутой долго, и перемерять по нескольку раз. Это неприятно и очень надоедает. Но сдирать с себя вечером всю эту аппаратуру и приносить утром в пакетике нельзя, а нужно все проверить и добиться нормальной работы прибора, а утром прийти с надетым работающим прибором.

Ответы на часто задаваемые вопросы.

Переписывать цифры АД с экрана прибора в дневник не нужно. Вообще на них смотреть не нужно.

Зачем так часто измерять давление? Это нужно для построения плавного графика АД за сутки и расчета всех статистических показателей, ради которых кардиолог и назначает холтер АД.

Может раз в час достаточно? Нет, недостаточно. Раз в час измеряйте АД дома самостоятельно, записывайте на бумажке и показывайте кардиологу.

Неужели не придумали, как измерять давление без манжеты? Нет, не придумали. Нет такого волшебного способа. По крайней мере бескровного.

У меня давление всегда 120/80, а ваш прибор показывает то 80/50, то 180/100. Почему? Все верно. «Всегда 120/80» бывает во всегда одинаковых ситуациях. То есть сидя за столом. Можно подробнее: вы всегда измеряете давление, уже проснувшись, но еще не позавтракав, сев за письменный стол дома; или вам измеряют давление перед рейсом, когда вы проснулись, ехали на транспорте, забежали на работу и упали на стул перед врачом. В общем обычно измерения бывают в одинаковых ситуациях. А давление во время крепкого сна? А в автобусе? А во время еды, при просмотре телевизора, во время скандала с соседями? Давление будет разным, и это нормально.