

Vererõhu 24 tunni monitooring

Vererõhu 24 tunni monitooring on uuring, mille käigus aparaat mõõdab Teie vererõhku ööpäeva jooksul.

Uuringu eesmärk

Vererõhu monitooring tehakse:

- kui Teil on esinenud kõrgenenud vererõhu väärtusi;
- vererõhuravi efektiivsuse hindamiseks.

Enne uuringut

- Teil peab olema digitaalne saatekiri pere- või eriarstilt.
- Palun tulge uuringule T-särgiga (lühikeste varrukatega), millele saab seadme mugavalt kinnitada.
- T-särgi peale on soovitatav kanda laiemat pluusi või kampsunit, et aparaat oleks varjatud ja uni mugavam.

Uuringu teostamine

- Teie õlavarrele paigaldatakse vererõhumansett, mis on ühendatud väikese registreerimiseseadmega.
- Seade kinnitatakse Teie keha küljele (vasakule või paremale) ja jääb riiete alla.
- Pärast aparaadi paigaldamist võite minna koju (v.a. haiglaravi korral).

Päevasel ajal mõõdab aparaat vererõhku iga 30 minuti tagant. Öösel toimub mõõtmine tavaliselt iga tunni järel.

Mõõtmise hetkel:

- ärge liigutage kätt;
- hoidke käsi lõdvestatult;
- istudes asetage käsi lauale;
- seistes hoidke kätt kas sirgelt või toeta teise käega, küünarnukist kergelt kõverdatuna.

Teile antakse kaasa päevikuleht, kuhu palume märkida igapäevased tegevused ja kirjeldada esinenud kaebusi.

Salvestamise ajal võite vabalt ringi liikuda, teha igapäevast tööd, kuid soovitatud on hoiduda väga intensiivsest füüsilisest tegevusest (nt sportimine, vaibakloppimine, akende pesemine jne), keelduge tööst vibratsiooniga.

Keelatud on:

- duši all käimine,
- ujumine,
- saunas viibimine – seade ei ole veekindel.

Pärast uuringut

- Seade eemaldatakse järgmisel päeval umbes samal kellaajal, mil see paigaldati.

- Uuringu tulemused analüüsitakse ning edastatakse Teie raviarstile.

24-часовой мониторинг артериального давления

24-часовой мониторинг артериального давления — это исследование, в ходе которого специальный прибор измеряет ваше артериальное давление на протяжении суток (24 часов).

Показания к исследованию:

- повышенное артериальное давление (гипертония);
- оценка эффективности гипотензивной терапии.

Подготовка и проведение:

- У вас должно быть электронное направление, составленное вашим терапевтом или врачом-специалистом.
- Манжета для измерения давления устанавливается на плечо (верхнюю часть руки) и соединяется с записывающим устройством.
- Устройство крепится на футболку с короткими рукавами — в такой одежде вам должно быть удобно спать. Сверху рекомендуется надеть свободную кофту или свитер.

После установки прибора вы можете отправиться домой (если вы не находитесь на стационарном лечении).

Во время мониторинга:

- днём измерения проводятся каждые 30 минут, ночью — каждый час;
- во время измерения не двигайте рукой, держите её расслабленно; по возможности садитесь и кладите руку на стол;
- если вы стоите, рука может быть согнута в локте и поддерживаться другой рукой или находиться в прямом положении.

Вам выдадут специальный лист, в котором следует отмечать свою активность в течение дня и все возникающие жалобы.

Рекомендации на время исследования:

- разрешается выполнять повседневные дела;
- избегайте интенсивных физических нагрузок (спорт, выбивание ковров, мытьё окон и т.д.);
- не работайте с вибрационной техникой;
- не принимайте душ, ванну и не посещайте сауну с установленным прибором!

Не снимайте прибор самостоятельно, если только это не было заранее оговорено с медицинским персоналом (например, на выходные).

Прибор снимается **на следующий день** — примерно в то же время, когда он был установлен.