

5. Действия и ощущения в течение суток. Во время суточного мониторирования пациент должен вести дневник, в котором следует указывать действия, выполняемые в период обследования. В графе «Другие действия в течение суток» подробно отмечаются выполняемые действия, время их выполнения и ощущения, на которые вы хотите обратить внимание врача. Важно фиксировать состояние покоя или физической активности (передвижение по улице и в помещении), а также эмоциональные переживания и стрессовые ситуации за сутки, время приема пищи и лекарственных препаратов.

Дополнительные рекомендации при мониторинге АД:

- Суточное мониторирование АД проводится с целью более точно определить уровень АД и степень его снижения в ходе лечения.
- Прибор измеряет артериальное давление, надувая надетую на плечо манжетку и затем постепенно спуская из нее воздух также, как измеряет давление доктор. Измерения происходят автоматически через определенный интервал времени (чаще всего днем через 15-20 минут, ночью через 30-40 минут). Перед тем как начать очередное измерение, монитор подает предупреждающий звуковой сигнал. Услышав его или почувствовав, что манжета начала надуваться, рекомендуется остановиться и не двигаться пока прибор накачивает и, особенно, когда стравливает воздух, держать руку с манжетой

выпрямленной, расслабленной и неподвижной до самого конца измерения. Во время измерения нельзя двигать рукой или сгибать ее. В противном случае данное измерение может оказаться неудачным, и прибор может его повторить через 1 минуту.

- При появлении неприятных ощущений, которые могут быть связаны с изменениями АД, можно запустить внеочередное измерение, нажав кнопку «Пуск» на мониторе.
- Если вы увидите, что манжета сползла с плеча или перекрутилась, обратитесь к медперсоналу или, если это невозможно, поправьте ребенку ее сами в промежутках между измерениями. Отметьте это в дневнике.
- Обязательно запишите в дневнике качество ночного сна – не мешал ли монитор спать?



Профилактика — это здорово!
Больше информации Вы найдете на сайте drkbmzrt.ru



ГБУЗ «ДЕТСКАЯ РЕСПУБЛИКАНСКАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Холтер- мониторирование Памятка для родителей

Мониторирование по Холтеру – эффективный способ оценки состояния сердца пациента. При проведении холтер-мониторинга пациенту следует выполнять определенные инструкции для получения верного результата и возможности врачу верно его расшифровать.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПАЦИЕНТА ПОСЛЕ УСТАНОВКИ ХОЛТЕРА В ГАУЗ «ДРКБ МЗ РТ»

Проведение исследования не требует пребывания пациента в течение этого времени в клинике. Холтер – специальный аппарат, который фиксируется на поясе. Устанавливаются датчики на груди, и он записывает показания. Для того чтобы врач смог расшифровать данные и обнаружить отклонения, родителям пациента следует вести дневник деятельности, в котором нужно фиксировать, в какое время и чем он занимался. О том, как носить холтер, расскажет врач после его установки. Процедура крепления занимает 10-15 минут и не требует специальной подготовки. Мониторинг проводится в течение одних-трех суток, пациент ведет обычный образ жизни, соблюдая некоторые правила:

- прибор нельзя мочить, соответственно, полностью исключены водные процедуры;
- не допускать механических и термических повреждений установленного в клинике холтера;
- не находиться рядом с линиями электропередачи;
- вести специальный дневник.

ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ МОНИТОРИРОВАНИЯ ЭКГ ИЛИ ЭКГ+АД

Обязательным условием проведения обследования является заполнение дневника. Если в дневнике не будут отмечены нагрузки, прием лекарств и ощущения, то врач не сможет оценить их влияние на сердце и исследование может оказаться бесполезным.

Во время проведения мониторинга не следует надевать на ребенка синтетическое или шерстяное белье (только хлопок). Во время сна монитор можно положить рядом с собой.

В дневнике следует отмечать:

- 1.** Принимаемые препараты. Записать принимаемые препараты с указанием дозы и времени приёма.
- 2.** Время начала и окончания ночного сна. Указать ночные пробуждения и подъемы, связанные с плохим самочувствием, а также отметить качество ночного сна.
- 3.** Подъем по лестнице. В течение ЭКГ- и АД-мониторирования рекомендуется выполнять три физические нагрузки в виде подъема по лестнице, конечно, если нет ограничения двигательного режима, который установлен лечащим доктором. Подъемы по лестнице необходимо выполнить три раза, распределив их в течение суток, например: днем, вечером и утром сразу после подъема. Подниматься следует в обычном темпе, без остановок, до появления каких-либо неприятных ощущений и области сердца (одышки,

сердцебиения, болей, перебоев и т.д.) или физической усталости. Ребенок должен останавливаться, как всегда, – не старайтесь выполнить большую нагрузку, чем обычно! Нам важно оценить повседневную переносимость нагрузок. При отсутствии неприятных ощущений подъем продолжается до конца лестницы и на этом заканчивается. Нагрузка должна выполняться по следующей методике:

- перед подъемом на первом этаже следует постоять, отдохнуть 3 минуты для восстановления частоты сердечных сокращений (пульса);
- нажать кнопку на ЭКГ-мониторе или на кнопку «Ощущения» на мониторе с АД, после чего продолжать подъем в привычном для ребенка темпе;
- в конце подъема по лестнице снова нажать на ту же самую кнопку, в дневнике необходимо отметить количество пройденных ступеней, время начала подъема и его продолжительность, а также неприятные ощущения, которые заставили прекратить нагрузку.

4. Позиционные изменения на ЭКГ. В дневнике указаны 4 позиции, в каждой из которых требуется полежать по 5 минут. Выполнять это следует в любое удобное время, подряд во всех отмеченных в дневнике положениях. Напротив каждой позиции необходимо отметить время выполнения (например, 15:00–15:05).