

إرشادات لفحص ضغط الدم بجهاز هولتر – הנחיות לבדיקת הולטר לחץ דם

מהו הולטר لضغط الدم؟

جهاز هولتر لضغط الدم هو جهاز مصمم لمراقبة ضغط الدم بشكل منتظم على مدار 24 ساعة. يتيح لنا هذا القياس معرفة القيم الحقيقية لضغط الدم للمريض على مدار اليوم بشكل أكثر موثوقية وتقييم فعالية علاج المريض الذي يتناول أدوية لضغط الدم.

إرشادات عامة

- ❖ الجهاز مبرمج لقياس ضغط الدم ليوم واحد - مرة كل 20 دقيقة اثناء ساعات الاستيقاظ, ومرة كل 30 دقيقة اثناء النوم
- ❖ يجب أن يظل الجهاز والغطاء قريبين من الجسم أثناء الفحص بالكامل
- ❖ أثناء الفحص يجب أن تصرّف الشخص بالشكل الأقرب إلى العمل الروتيني
- ❖ أثناء كل بداية لقياس ضغط الدم يوصى بفرد اليد, والانتظار لمدة دقيقة حتى نهاية القياس ثم الاستمرار في النشاط الطبيعي
- ❖ لا تنزع الكم من اليد خلال الفحص بأكمله
- ❖ النوم = يوصى بمحاولة النوم مع وضع اليد مباشرة بجانب الجسم وملاحظة أن الأنبوب غير مطوي
- ❖ في نهاية الفحص قم بإزالة الكم, وافتح حزام الجهاز, وقم بإزالة البطاريات وإعادة جميع المعدات إلى العيادة, بما في ذلك: الجهاز, الأنبوب, الحزام, الغطاء, البطارياتان جدول النشاط
- ❖ الجهاز غير مقاوم للماء ولا يجوز ترطيبه ويمنع ادخاله معك الى الحمام
- ❖ يرجى المحافظة على الجهاز حتى يتمكن من خدمتك أنت والأشخاص الآخرين في المستقبل

جدول النشاط – يجب إدارة جدول النشاط بشكل منظم خلال اليوم حيث يشمل:

- ❖ أوقات البدء ونهاية الراحة والنوم
- ❖ أوقات بدء ونهاية اللعب في الهواء الطلق وممارسة التمارين البدنية
- ❖ أوقات البدء والانتها من اللعبة أمام الشاشة
- ❖ أوقات تناول أدوية ضغط الدم, اسم الدواء والجرعة
- ❖ أوقات المناسبات الخاصة الأخرى (مثل الأحداث الضاغطة أو المثيرة)
- ❖ التقييم من 1 الى 10: ما مدى ازعاج جهاز هولتر مع نشاطك الطبيعي أثناء الإستيقاظ والنوم
(1- بدون ازعاج على الإطلاق, 10- لا يطاق)