

PORADNIE KARDIOLOGICZNE

ul. Krakowska 141-155, 50-428 Wrocław
pl. 1000-Lecia 13, 67-200 Głogów
ul. K.Miarki 29A, 59-700 Bolesławiec
www.kardiomedical.pl

Tel. 71 721 5035, 601 725 956
Tel. 76 834 11 33, 601 728 827
Tel. 71 721 50 32, 601 729 134

ZASADY PRAWIDŁOWEGO POMIARU CIŚNIENIA TĘTNICZEGO W DOMU (HBPM)

1. Pomiary najlepiej wykonywać 1 lub 2 razy dziennie- rano i wieczorem przed zażyciem leków, co najmniej przez ostatnich 6- 7 dni przed planowaną wizytą w poradni.
2. Pacjent, na 5 minut przed rozpoczęciem pomiaru ciśnienia, powinien usiąść wygodnie w cichym i spokojnym miejscu. Należy rejestrować trzy pomiary, w odstępach 1- 2 minut. Dodatkowe pomiary wykonuje się tylko w przypadku jeśli dwa pierwsze odczyty różnią się między sobą o ponad 10 mmHg. Właściwa wartość ciśnienia określana jest jako średnia z ostatnich dwóch wskazań ciśnieniomierza.
3. U pacjentów z migotaniem przedsionków preferowane są manualne metody badania ciśnienia. Dopuszcza się pomiary aparatami automatycznymi z odpowiednim oprogramowaniem (np. AfIB).
4. Dla większości pacjentów zalecane jest używanie standardowego mankietu do pomiaru ciśnienia (o wymiarach: 12- 13cm szerokości i 35cm długości) (M). W przypadku obwodu ramienia powyżej 32cm używamy odpowiednio większego mankietu (rozmiar L), a w przypadku mniejszego obwodu ramienia zalecane jest stosowanie mniejszego mankietu (rozmiar S).
5. Mankiet ciśnieniomierza powinien być umieszczony na ramieniu na poziomie serca. W trakcie pomiaru ciśnienia w pozycji siedzącej, plecy oraz ramię należy oprzeć o twarde podłoże np. krzesło/stół, aby uniknąć skurczu mięśni i izometrycznych ruchów wpływających na wzrost ciśnienia tętniczego.
6. Pomiary ciśnienia powinny być wykonywane na ramieniu z wyższym ciśnieniem tętniczym. W czasie pierwszej wizyty u lekarza/kardiologa każdy pacjent powinien mieć wykonane pomiary na obydwu ramionach, aby wykryć możliwe różnice pomiędzy wartościami ciśnienia. Do późniejszych pomiarów stosuje się ramię, dla którego ciśnienie wskazuje wyższą wartość. W przypadku wszystkich pacjentów przy pierwszym pomiarze należy zmierzyć również ciśnienie po 1 minucie i 3 minutach pionizacji w pozycji siedzącej, w celu wykluczenia hipotensji ortostatycznej.