

هولتر فشارخون (مانیتورینگ فشار خون غیرمستقیم)

یک دستگاه فشار خون پرکاربرد است که در همه حال می تواند همراه شما باشد. این مانیتورینگ قابل حمل بوده و شما می توانید به صورت ۲۴ ساعته در زندگی روزمره و حتی در خواب از آن استفاده کنید.

این دستگاه از یک دستگاه فشار خون دیجیتال کوچک استفاده می کند که با یک کمر بند در اطراف بدن شما متصل و دست بند آن هم دور بازوی شما است.

فواید هولتر فشارخون

- با اندازه گیری فشار خون در فواصل منظم ۲۴-۴۸ ساعت، پزشک قادر است، تصاویری روشن از نحوه ی تغییر فشار خون در طول روز داشته باشد.
- اثربخشی داروهای مصرفی به طور دقیق تر ارزیابی می شود، تا مطمئن شود، فشار خون شما در طول روز کنترل می شود.
- تشخیص اینکه آیا فشار خون شما در شب دچار تغییر می شود یا خیر؟ در این صورت، ممکن است لازم باشد داروهای شما تغییر داده شود.
- تشخیص سندرم روپوش سفید (در آن بیمار در مطب پزشک دارای فشارخون بالا است اما در خانه نرمال است).

آمادگی های لازم جهت انجام هولتر فشار خون:

- قبل از ویزیت پزشک و نصب هولتر، دوش بگیرید و هیچ گونه پماد یا لوسیونی روی بدن استفاده نکنید، زیرا تا پایان دوره ی استفاده از هولتر، به علت وجود دستگاه نمی توان حمام کرد.

طرز کار دستگاه:

پس از وصل دستگاه، فشارخون با فواصل منظم در طول روز اندازه گیری می شود. (معمولاً، هر ۱۵-۳۰ دقیقه در طول روز و ۶۰ دقیقه در شب). شما باید مانیتور را در طول شب فعال نگه دارید و می توانید در هنگام خواب، دستگاه را در زیر بالش یا در رختخواب خود قرار دهید.

در پایان ۲۴ ساعت، شما می توانید دستگاه فشار خون و کاف را از خود جدا کرده و برای ارزیابی به بیمارستان بروید. مانیتورینگ فشار خون تمام موارد را در طی ۲۴ ساعت ذخیره کرده و نتایج در بیمارستان توسط پزشک آنالیز خواهد شد.

اطلاعات ثبت شده در هولتر فشار خون، توسط نرم افزارهایی آنالیز می شود. در نهایت میانگین فشار خون در سه زمان گزارش می شود که شامل:

- ۱- میانگین فشارخون در ساعات بیداری،
- ۲- میانگین فشارخون در ساعات خواب،
- ۳- میانگین ۲۴ ساعته یا ۴۸ ساعته می باشد.

اعداد ثبت شده، بررسی و با اعداد سن و جنس مقایسه می شود که پزشک می تواند متوجه بیماری فشارخون شما شود که این حالت در پیش گیری و بهبود بیماری و تنظیم داروها کمک کننده است.

چه کسانی به هولتر فشار خون ۲۴ ساعته نیاز دارند؟

- * اگر نیاز به تغییراتی در داروهای فشار خون خود دارید.
- * اگر با وجود داروها هنوز فشار خون بالا دارید.
- * اگر داروهای دیگری مصرف می کنید که ممکن است بر فشار خون شما تأثیر بگذارد.
- * اگر دوره های غش یا افت فشار خون (فشار خون پایین) داشته باشید.
- * اگر فشار خون بالا در دوران بارداری داشته باشید.

• داروهایی که کافئین دارند، داروهای ضد درد یا داروهای کاهش وزن، داروهای بتا بلوکر مانند: پروپرانولول و متورال، داروهای بلوک کننده کلسیم مانند: وراپامیل یا دیلتیازم از این دسته هستند. به علت زیاد بودن این داروها قبل از انجام تست، داروهای مصرفی خود را به پزشک متخصص نشان دهید.

• اگر سیگار می کشید و یا به طور روزانه قهوه، چای، الکل و یا هر نوشیدنی محرک دیگری را مصرف می کنید، بعد از نصب هولتر نیز مانند روزهای عادی برخورد کنید.

• اگر به صورت روتین از قهوه، چای، الکل و نوشیدنی محرک استفاده ندارید، بهتر است که ۲۴ ساعت قبل از بستن هولتر از مصرف این مواد پرهیز کنید.

• جهت اطمینان از عملکرد مناسب هولتر آن را خشک نگه داشته و از فعالیت هایی که ممکن است منجر به خیس شدن دستگاه شود، خودداری کنید.

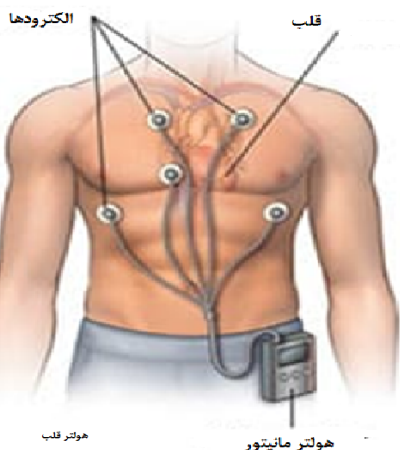
• توصیه می شود که در روز تست، لباس راحت بپوشید، چراکه دستگاه، بر روی پوست یا بر روی لباس نامناسب قرار می گیرد، موجب اذیت شما می شود. لازم به ذکر است که، لباس نازک زیر دستگاه تا پایان دوره قابل تعویض نیست.

• میدان های مغناطیسی و الکتریکی می توانند در عملکرد پایشگر هولتر اختلال ایجاد کنند. در هنگام استفاده از هولتر از در معرض قرار گرفتن در نواحی که دارای ولتاژ قوی هستند، اجتناب کنید.

• در مواردی که اشتباهات یا اعداد نادرستی ثبت می شوند، هولتر باید دوباره و به درستی نصب شود.

• استفاده از هولتر هیچ گونه خطری و دردی ایجاد نمی کند.

هولتر فشارخون و هولتر مانیتور قلب



هولتر مانیتور باید خشک نگه داشته شود تا عملکرد صحیحی داشته باشد.

همچنین باید از فعالیت‌هایی که منجر به مرطوب شدن هولتر مانیتور می‌شود، اجتناب کرد زیرا در تعریق شدید، ممکن است برچسب‌ها شل یا کنده شوند.

الکترودها به قفسه سینه و شکم شما چسبانده شده و از طریق سیم‌ها به دستگاه اصلی متصل می‌شوند.

جعبه مانیتور می‌تواند، مانند یک کیف، روی شانه انداخته شده یا به کمر بند یا جیب متصل شود.

پس از اتصال دستگاه به شما، می‌توانید به فعالیت طبیعی خود بپردازد.

در طول انجام هولتر مانیتور، باید زمان و مدت فعالیت‌هایتان را یادداشت کنید. خصوصاً اگر علائمی مانند سرگیجه، تپش قلب، درد قفسه سینه یا علائم دیگر رخ دهند. بدین ترتیب، پزشک می‌تواند تغییرات فعالیت قلبی، مربوط به رفتار و حرکات فرد را تشخیص دهد.

ممکن است که میدان‌های مغناطیسی و الکتریکی در عملکرد هولتر مانیتور تداخل ایجاد کنند. بنابراین در زمان اتصال دستگاه به بدن، نباید از ولتاژهای بالای بعضی مناطق استفاده کرد.

پس از ۲۴ ساعت در مطب هولتر مانیتور را از بدن شما جدا کرده. پزشک فعالیت‌ها را یادداشت و نتایج هولتر مانیتورینگ را بررسی می‌کند.

طبق نتایج تست، شاید لازم باشد که بیمار قبل از تشخیص مشکلش، آزمایش بیشتری انجام دهد.

نتایج در بیماری که برای ریتم غیرطبیعی قلب، دارو مصرف می‌کند ممکن است نشان دهنده‌ی این باشد که دارو تأثیری نداشته است یا دوز مصرفی دارو باید تغییر کند.

هولتر مانیتور قلب:

نوعی الکتروکاردیوگرام (دستگاه نوار قلبی) است و تعداد ضربان و ریتم قلب را می‌سنجد که به طور متوالی و به صورت ۲۴ ساعته انجام می‌شود.

در این روش، الکترودها (برچسب‌های کوچک و پلاستیکی) در محل‌های خاصی روی قفسه سینه و شکم قرار می‌گیرند. وقتی الکترودها با سیم‌ها به ماشین نوار قلب متصل می‌شوند، فعالیت الکتریکی قلب اندازه‌گیری شده، تفسیر می‌شود و در نهایت برای اطلاعات پزشک و مداخلات بعدی چاپ می‌شود.

چه زمانی هولتر مانیتورینگ قلب درخواست می‌شود؟

- زمانی که علائمی، مانند سرگیجه، غش کردن، کاهش فشار خون، خستگی طولانی مدت و تپش قلب، بدون آنکه تشخیص مشخصی داشته باشند.
- نامنظمی ضربان قلب (آریتمی) که در اثر استرس ایجاد می‌شود.

آمادگی‌های لازم جهت انجام هولتر مانیتور قلب:

- * لازم نیست ناشتا باشید.
- * این روش اغلب به صورت سرپایی انجام می‌شود.
- * قبل از ویزیت پزشک و نصب هولتر، دوش بگیرید. زیرا تا پایان دوره‌ی استفاده از هولتر، به علت وجود دستگاه نمی‌توان حمام کرد و از لوسیون یا کرم استفاده نکنید تا دستگاه درست در جای خود روی پوست بدن قرار گیرد.
- * از شما خواسته می‌شود و لباس بالا تنه‌ی خود را باز کرده و هرگونه زیورآلاتی را که ممکن است با نتایج آن تداخل ایجاد کند خارج کنید.
- * نواحی‌ای که برچسب‌ها قرار می‌گیرند، تمیز شده و موی آن نواحی تراشیده شود تا برچسب‌ها کاملاً به پوست بچسبند.