

Федеральное государственное бюджетное учреждение
**НАЦИОНАЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ЦЕНТР КАРДИОЛОГИИ ИМЕНИ АКАДЕМИКА Е.И. ЧАЗОВА**
Министерства здравоохранения Российской Федерации



ПАМЯТКА ПАЦИЕНТА

<https://cardioweb.ru/>  **Москва**

Общие правила измерения артериального давления с помощью персонального полуавтоматического тонометра

- 1** Не передавайте специальный тонометр для мониторингирования другим лицам, так как все полученные значения показателей артериального давления (АД) и пульса заносятся в память прибора, передаются в Ваш личный кабинет и при анализе относятся лично к Вам;
- 2** Измеряйте давление всегда на той руке, которую Вам рекомендовал врач;
- 3** Не прекращайте измерения АД в случае поездок на дачу, в командировки по РФ и т.п.;
- 4** Обязательно измеряйте АД ежедневно, в утренние (между 6.00 и 12.00) и вечерние часы (между 18.00 и 24.00);
- 5** Утром измеряйте АД сидя за столом, сразу после пробуждения, после посещения туалета и до приема лекарственных препаратов и завтрака;
- 6** Вечером выполняйте измерения АД непосредственно перед сном, перед ужином или не раньше, чем через 2 часа после ужина, до вечернего приема лекарственных препаратов;
- 7** Для повышения достоверности оценки результатов производите серию измерений: три измерения подряд с интервалом не менее 1 минуты после окончания предыдущего измерения;
- 8** Вы можете измерять АД дополнительно (желательно 3 раза подряд) во всех случаях, когда Вы считаете это необходимым.

Правила непосредственного измерения артериального давления

- 1** Перед измерением отдохните в течение 5-10 минут, сядьте удобно и положите руку перед собой на стол, наложите манжету на плечо на расстоянии 2-3 см от локтевого сгиба и нажмите на кнопку СТАРТ;
- 2** Не двигайтесь и не разговаривайте во время измерения;
- 3** По окончании измерения на дисплее появятся результаты давления и пульса;

- 4 Не снимая манжеты, сделайте еще 2 измерения с перерывом между измерениями около 60 секунд (можно досчитать в уме до 60-ти);
- 5 Снимите манжету, но не выключайте прибор с помощью кнопки, он отключится сам после передачи Ваших данных;
- 6 Полезно, но не критично убедиться, что данные измерений отправлены (индикатор после измерения горит зеленым, а не красным цветом);
- 7 Если данные не отправляются, с Вами свяжется оператор Центра мониторинга. Постарайтесь выбрать для измерения то место в квартире, где устойчиво работают Ваши мобильные телефоны.

Программы измерения артериального давления

Врач может назначить Вам одну из двух программ домашнего мониторинга артериального давления:

Программа «ПОДБОР ТЕРАПИИ»

Проводите обязательные измерения артериального давления не менее 2-х раз в день утром и вечером, каждый день (7 дней в неделю).

Программа «КОНТРОЛЬ ТЕРАПИИ»

Измеряйте давление не реже 1 раза в неделю. В день измерения проводите утренние и вечерние замеры АД. Вы можете менять день измерения и количество дней в течение недели, когда Вы проводите измерение АД.

Обработка прибора в домашних условиях

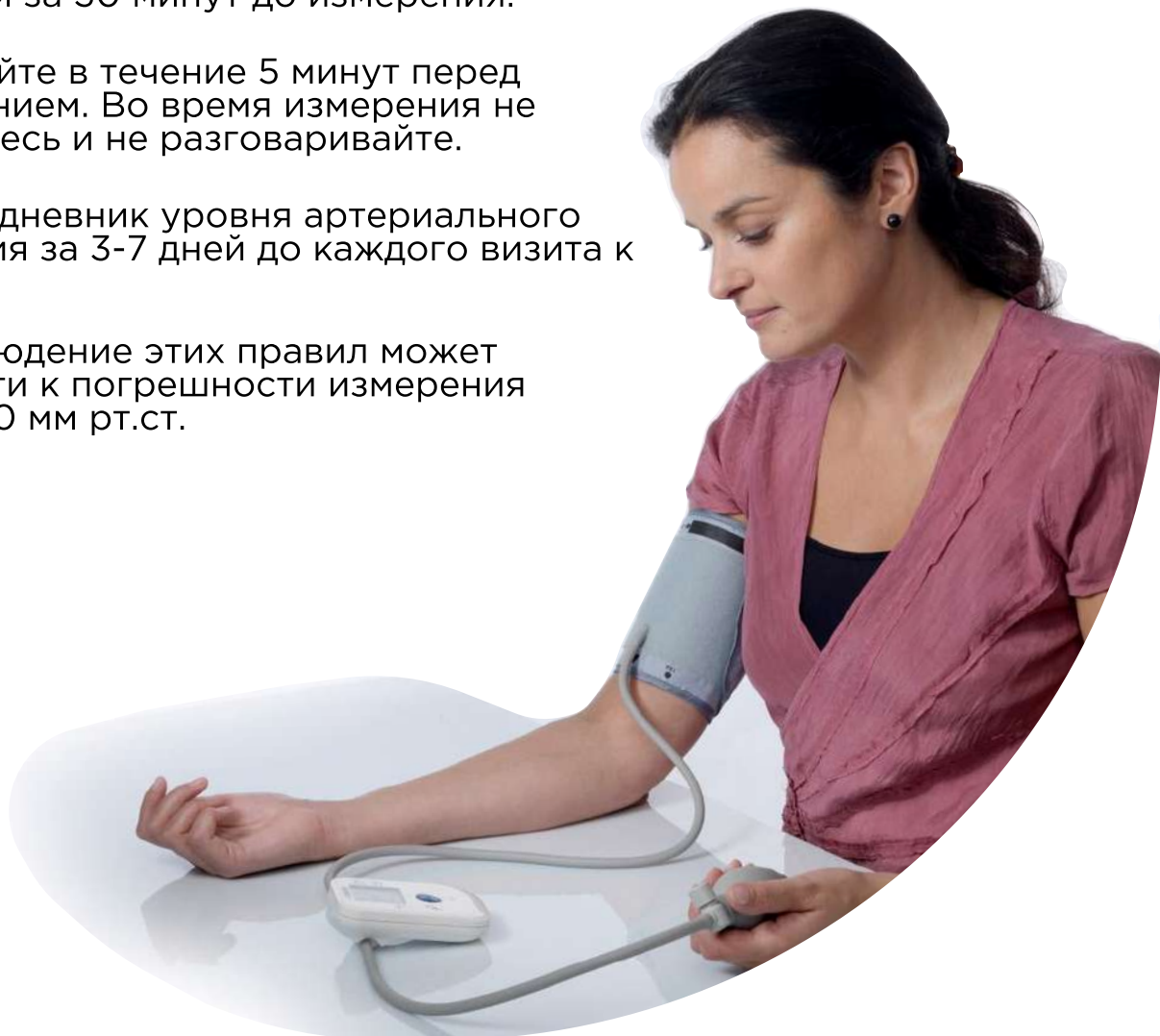
Вам выдан прибор, прошедший обработку. При эксплуатации Вами медицинский прибор не требует специальной обработки, так как является индивидуальным для каждого пациента.

Возвращение прибора

После завершения Вашей программы дистанционного домашнего мониторинга артериального давления по согласованию с лечащим врачом прибор должен быть возвращен в медицинскую организацию, оказывавшую медицинскую услугу по дистанционному мониторингу.

Правила измерения давления

- Измеряйте артериальное давление 3 раза с интервалом в 1-2 минуты, записывайте в дневник среднее значение 3-х измерений.
- Располагайтесь в комфортной позе с поддержкой спины и руки, стопы на полу.
- Используйте валидированный тонометр с плечевой манжетой.
- Избегайте употребления кофе, курения и занятий спортом за 30 минут до измерения.
- Отдыхайте в течение 5 минут перед измерением. Во время измерения не двигайтесь и не разговаривайте.
- Ведите дневник уровня артериального давления за 3-7 дней до каждого визита к врачу.
- Несоблюдение этих правил может привести к погрешности измерения более 10 мм рт.ст.



Техническое обслуживание

По всем техническим вопросам, связанным с работой прибора, **Вы можете обратиться в единую службу технической поддержки ежедневно, кроме воскресенья, с 9.00 до 18.00 по телефону:** _____