



## **Holter ciśnieniowy (ABPM) – informacja o badaniu**

Nadciśnienie tętnicze jest jedną z najczęstszych chorób układu krążenia. Nielezione nadciśnienie znacząco zwiększa ryzyko wystąpienia poważnych powikłań sercowo-naczyniowych takich jak: zawał serca, udar mózgu i zaburzenia rytmu serca.

Pomiar ciśnienia w gabinecie lekarskim nadal stanowi najważniejszą metodę rozpoznania nadciśnienia tętniczego, jednak w pewnych przypadkach taka ocena może być niewystarczająca. W tych sytuacjach wskazane jest całodobowe, automatyczne monitorowanie ciśnienia (ang. ambulatory blood pressure monitoring – ABPM), określane często jako holter ciśnieniowy.

### **Jakie korzyści wynikają z wykonania badania ABPM?**

- Holter ciśnieniowy wykonuje dużą liczbę pomiarów w ciągu doby.
- Pomiar wykonany tą techniką lepiej odzwierciedla rzeczywiste wartości ciśnienia w trakcie normalnego funkcjonowania człowieka, trudne do uchwycenia podczas pojedynczych badań.
- Pomiar dokonywany poza środowiskiem medycznym (szpital, przychodnia), co umożliwia eliminację związanego z tym stresu, a także identyfikację chorych z tzw. „nadciśnieniem białego fartucha”, które nie wymaga leczenia.
- Badanie daje możliwość oceny dobowego profilu ciśnienia tętniczego, a zwłaszcza występowania nocnego obniżenia ciśnienia, co ma znaczący wpływ na sposób i skuteczność leczenia oraz ocenę prawdopodobieństwa wystąpienia powikłań w przyszłości.
- ABPM umożliwia ocenę wartości ciśnienia w sytuacjach nagłych (dodatkowy pomiar ręczny).
- ABPM umożliwia dokładniejszą ocenę skuteczności stosowanego leczenia farmakologicznego i efektów leczenia inwazyjnego.

### **Wykonanie badania ABPM należy rozważyć gdy:**

- stwierdza się duże różnice w zakresie wartości ciśnienia tętniczego mierzonego w gabinecie lekarskim podczas tej samej wizyty lub różnych wizyt,
- stwierdza się istotne różnice w odczycie wartości ciśnienia tętniczego mierzonego w gabinecie lekarskim i w domu,
- podejrzewa się oporność na farmakologiczne leczenie nieprawidłowego ciśnienia,
- podejrzewa się występowanie spadków ciśnienia tętniczego, co jest szczególnie częste u osób starszych i chorujących na cukrzycę,
- podejrzewa się nadciśnienie tętnicze lub stan przedzucawkowy u kobiety w ciąży.

***ABPM jest badaniem pozwalającym na wybór optymalnej terapii nadciśnienia tętniczego i prawidłowej pory podawania leków.***

## **Na czym polega całodobowe badanie ciśnienia?**

Badanie ABPM polega na założeniu pacjentowi zestawu do całodobowej rejestracji ciśnienia tętniczego. Zestaw składa się z rejestratora i mankietu. Rejestrator steruje pompowaniem mankietu i rejestruje wyniki pomiarów. Czas rejestracji to 24 godziny. W tym czasie urządzenie dokonuje około 70 pomiarów ciśnienia. Zazwyczaj pomiary dokonywane są co 15 minut w ciągu dnia i co pół godziny w nocy. Większość urządzeń wyposażonych jest także w przycisk umożliwiający dokonanie pomiaru ciśnienia na żądanie pacjenta, np. w momencie występowania dolegliwości. Po 24 godzinach rejestrator jest zdejmowany i podłączany do komputera. Uzyskane wyniki są analizowane przy pomocy odpowiedniego oprogramowania, a następnie oceniane przez lekarza.

## **Jak przygotować się do badania?**

- Proszę założyć koszulkę z krótkim rękawem oraz luźne okrycie wierzchnie z szerokim rękawem.
- Przed założeniem rejestratora w Ośrodku Zdrowia należy odpocząć 15-30 minut
- Przed badaniem pacjent przyjmuje wszystkie leki, które standardowo zażywa. Przed badaniem (co najmniej 24h) nie należy spożywać alkoholu.

Rejestracja ABPM dokonywana jest podczas zwykłej aktywności pacjenta, który może w tym czasie pracować i wykonywać wszystkie codzienne czynności. Podczas rejestracji należy pamiętać o kilku zasadach, których przestrzeganie zwiększy komfort pacjenta i precyzję badania.

## **Jak zachowywać się podczas badania?**

- W dniu badania należy przyjąć wszystkie leki, które Pani / Pan standardowo zażywa.
- Proszę prowadzić normalny tryb życia.
- W momencie pomiaru ciśnienia ramię powinno być swobodnie i nieruchomo opuszczone wzdłuż ciała (moment pomiaru jest wyczuwalny przez pacjenta lub przez pacjenta inicjowany).
- W momencie pomiaru nie należy rozmawiać.
- Nie należy kłaść się na rękę, na której założony jest mankieta.
- Mankiet nie może być przekładany z jednego ramienia na drugie.
- Proszę chronić urządzenie przed wilgocią i wodą, a także bezpośrednim promieniowaniem słonecznym.
- Należy prowadzić dzienniczek badania, w którym zapisywane będą wykonywane czynności i czas ich trwania, jak również występujące dolegliwości, odnotowywane godziny spożywania posiłków, snu i przebudzenia oraz nazwy, dawki i godziny przyjmowania leków. Dzienniczek badania pacjent otrzymuje w Ośrodku Zdrowia w Staninie.
- W przypadku odczuwania bólu ramienia, pojawienia się obrzęku lub zasinienia ręki, rejestrację należy przerwać.
- W przypadku wątpliwości pojawiających się w trakcie badania prosimy o skontaktowanie się z Ośrodkiem Zdrowia w Staninie tel. 25 798 11 12