



Памятка пациенту при холтеровском мониторингировании ЭКГ

Холтеровское мониторингирование – это метод диагностики, с помощью которого осуществляется суточное наблюдение за работой сердца.

Данное исследование не оказывает никакого влияния на человека и является абсолютно безвредным. Во время проведения исследования пациенту можно пользоваться мобильным телефоном, бытовыми приборами (в том числе СВЧ-печь), а также ездить за рулем, проходить рамки в магазинах и метро.

Режим дня в момент диагностики обычный. Таблетки, уколы не отменяются (если это не оговорено с Вашим лечащим врачом), капельницы делать можно, консультации врачей, сдача анализов не отменяется. В ночное время спать лучше на спине и правом боку, не беспокойтесь во время сна, прибор крепится надежно. Во время мониторингирования желательно носить облегающую майку (футболку) и в ней спать, чтобы не сдернуть электроды.

⊗ На время исследования запрещены:

водные процедуры (умываться можно), массаж, физиопроцедуры, УЗИ, ФГС, рентген, томограф. Рекомендуется значительное ограничение нагрузки на плечевой пояс: нельзя делать зарядку, подтягиваться, мыть полы, стирать, гладить, носить тяжести и др., т. к. это будет ухудшать качество записи.

✓ Нагрузка на ноги не противопоказана, ходите как обычно, по делам, в магазин, на прогулку.

К обычной ходьбе добавьте 2-3 интенсивные нагрузки на ноги. Обычно рекомендуется подъем по лестнице на 5 этаж. Если самочувствие позволяет, повторите подъем на 5 этаж 2-3 раза за сутки (спускаться можно на лифте). Подниматься нужно без остановки, в своем обычном темпе. При появлении боли в сердце нагрузку прекратить, если Вы принимаете нитроглицерин, примите его как обычно. Если на лестнице стало плохо, закружилась голова, или появились другие неприятные ощущения (усталость, одышка, сильное сердцебиение и др.) нагрузку прекращайте. В дневнике укажите время начала и конца подъема, число пройденных ступеней и причину остановки (окончания). (Лестничную пробу можно заменить велотренажером или беговой дорожкой).

⚠ Если большие нагрузки Вам запрещены лечащим врачом, поднимайтесь по лестнице в пределах Ваших обычных нагрузок.

Кроме лестницы рекомендуется прогулка, походите 20-30 минут быстрым шагом с ускорениями. Во время подъема по лестнице и быстрой ходьбы не размахивайте руками, старайтесь не вовлекать в нагрузку плечевой пояс (чтобы получить хорошее качество записи).

Примечание: при отсоединении электрода присоедините его на прежнее место. Берегите регистратор, не ударьте, не замочите его. Самостоятельно прибор снимать нельзя, подойдите к врачу в назначенное время.

Регистратор работает непрерывно, просьба заполнять дневник пациента:

- 1. Виды деятельности** (сон, прогулка, подъемы по лестнице, прием пищи, эмоциональная нагрузка, прием лекарств и др.)
- 2. Примечания** (слабость, одышка, сердцебиение, перебои в работе сердца, обмороки, головокружение, боль в области сердца острая, тупая, давящая, колющая продолжительность

Единый колл-центр:

 +7 (383) 362-02-00

 zdravitsa.ru

