

Zasady prawidłowego pomiaru ciśnienia tętniczego krwi

- Przed badaniem dziecko powinno spokojnie siedzieć przez 5–10 minut. W tym czasie nie powinno korzystać z urządzeń elektronicznych takich jak telefon, tablet, telewizor.
- Pomiaru ciśnienia tętniczego nie należy wykonywać po obfitych posiłkach, po spożyciu napojów stymulujących (herbata, kawa, napoje energetyczne) oraz w okresie do 30 minut po wysiłku fizycznym.
- Pomiaru należy dokonywać u dziecka siedzącego z podpartymi na oparciu krzesła plecami, stopami opartymi podszwami na podłodze, prawym ramieniem podpartym na blacie stołu.
- Zaleca się pomiar na prawym ramieniu.
- Podczas pomiaru ciśnienia tętniczego nie należy rozmawiać, ruszać się ani krzyżować nóg. Należy oddychać spokojnie i miarowo.
- W celu uzyskania dokładnego pomiaru należy wybrać mankiet odpowiedni do rozmiaru ramienia pacjenta. Balon mankieta powinien obejmować 80–100% obwodu ramienia, a szerokość balonu mankieta powinna wynosić co najmniej 40% obwodu ramienia w połowie jego długości.
- Należy używać wyłącznie aparatów z mankietami zakładanymi na ramię, a nie na nadgarstek, dopasowując je tak, aby pod mankiet można było włożyć dwa palce. Zaleca się wykonanie trzykrotnego pomiaru w odstępach 1–2 minutowych, a zapisywanie do interpretacji pomiaru 2 i 3.
- Przed planowym przyjęciem do Oddziału, po wcześniejszym zaleceniu lekarza, należy regularnie mierzyć ciśnienie tętnicze przez minimum 7 dni. Należy wykonywać 3 pomiary ciśnienia tętniczego dziennie (rano, popołudniu i wieczorem) oraz każdorazowo w razie złego samopoczucia (szczególnie występowania dolegliwości bólowych głowy, zawrotów głowy, zaburzeń widzenia, krwawienia z nosa, zaburzeń snu). Wyniki pomiarów notować w dzienniczku, z którym należy zgłosić się do przyjęcia do Oddziału.

Dzienniczek pomiarów ciśnienia tętniczego krwi

Imię i nazwisko pacjenta.....

Wiek..... Masa ciała..... Wzrost.....

	Data	Godzina	Ciśnienie tętnicze	Tętno	Uwagi
Dzień 1					

	Data	Godzina	Ciśnienie tętnicze	Tętno	Uwagi
Dzień 2					

	Data	Godzina	Ciśnienie tętnicze	Tętno	Uwagi
Dzień 3					

	Data	Godzina	Ciśnienie tętnicze	Tętno	Uwagi
Dzień 4					

	Data	Godzina	Ciśnienie tętnicze	Tętno	Uwagi
Dzień 5					

	Data	Godzina	Ciśnienie tętnicze	Tętno	Uwagi
Dzień 6					

	Data	Godzina	Ciśnienie tętnicze	Tętno	Uwagi
Dzień 7					