

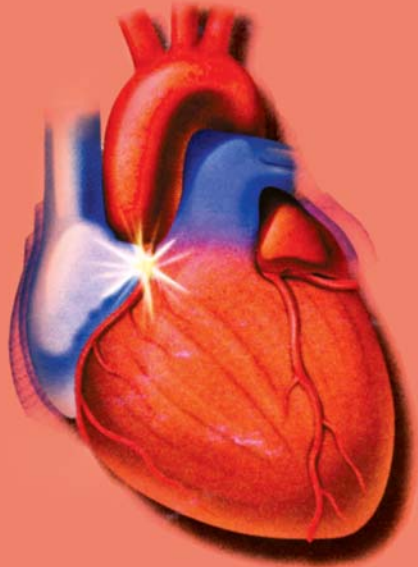


مرکز تحقیقات قلب و عروق
دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

StayWell
featuring KRAMES

A Times Mirror
Company

هولتر مانیتورینگ و مانیتور وقایع نگار

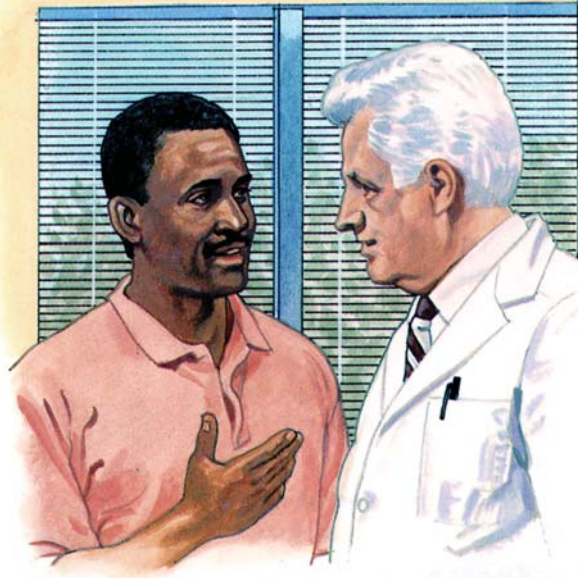


ثبت ضربان نامنظم قلب

ترجمه و تنظیم: دکتر حبیب اله سعادت

نتایج تست شما

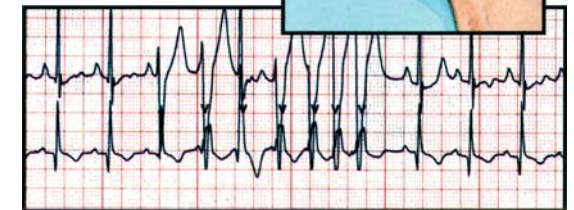
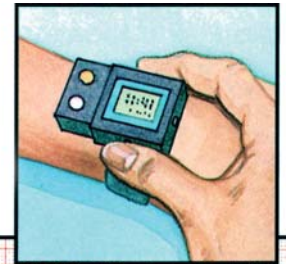
به شما توضیح داده می‌شود که چگونه مانیتور و اطلاعات ثبت شده را تحویل دهید. معمولاً برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از کامپیوتر استفاده می‌شود. سپس یک گزارش برای پزشک شما تهیه می‌شود، و او درباره نتایج تست با شما گفتگو می‌کند.



هولتر مانیتورینگ و مانیتور وقایع نگار چیست؟

هولتر مانیتورینگ و مانیتور وقایع نگار دو وسیله بدون درد و ناراحتی هستند که به منظور ثبت ضربان قلب شما خارج از مطب دکتر به کار گرفته می‌شوند. هر کدام از این دو وسیله، یک دستگاه ثبت نوار قلب (ECG) هستند که شما آنرا با خودتان حمل می‌کنید. این دستگاه‌ها ضربان قلب شما را برای دکتر ثبت می‌کنند تا وی بعداً آنها را مرور کند. دستگاه هولتر، ضربان قلب را به طور مداوم حداقل برای ۲۴ ساعت ثبت می‌کند. به وسیله مانیتور وقایع نگار می‌توانید بی‌نظمی‌های ضربان قلب را همان لحظه‌ای که احساس می‌کنید، ثبت کنید. فقط یک دکمه را فشار می‌دهید. این مانیتور را برای چند روز یا چند هفته می‌توانید با خودتان حمل کنید. این دستگاه‌ها را از بیمارستان، کلینیک آریتمی، یا از مطب دکتر می‌توانید تحویل بگیرید.

یک نوع از مانیتور وقایع نگار مانند ساعت مچی است. هرگاه احساس علامت یا ناراحتی داشتید، روی یک دکمه فشار می‌دهید تا ضربان قلب شما ثبت شود.



یک نوار قلب (ECG) ثبت شده که ضربان نامنظم قلب را در آن لحظه نشان می‌دهد.



یک نوار قلب (ECG) ثبت شده که ضربان منظم قلب را نشان می‌دهد.

هولتر مانیتورینگ شما

هنگامی که یک دستگاه هولتر مانیتور تحویل می‌گیرید، چند بالشتک (الکتروود) کوچک، نرم و بدون درد روی قفسه سینه شما چسبانیده می‌شوند. این بالشتک‌ها به یک وسیله سبک وزن متصل می‌شوند، و این وسیله به یک کمربند یا تسمه کتف وصل می‌گردد. لازم است حداقل ۲۴ ساعت این دستگاه را نزد خود نگهدارید و دفتر یادداشت روزانه را نیز تکمیل کنید. زمانی که این مانیتور را به بدن وصل کرده اید، به نکات زیر توجه کنید:

• سعی کنید روی ستون فقرات پشت (حالت طاق باز) بخواهید.

• در این مدت به حمام نروید و دوش نگیرید. می‌توانید از اسفنج مرطوب برای نظافت پوست استفاده کنید.

• برنامه عادی زندگی را انجام دهید. از استرس، کار، یا ورزش، احتراز نکنید.

• چنانچه الکتروود از بدن جدا شد یا وسیله متصل به الکتروودها موجب سر و صدا شد، تلفن بزنید تا اینکه بپرسید چه اقدامی باید انجام دهید.

مانیتور وقایع نگار شما

پس از اینکه چگونگی استفاده از مانیتور وقایع نگار به شما نشان داده شد، آنرا همه اوقات باخودتان حمل کنید. هنگامی که یک علامت یا ناراحتی احساس کردید، با فشار دادن روی یک دکمه (مانند فشار دادن روی دکمه ساعت مچی) یا قرار دادن مانیتور روی قفسه سینه (مانند قراردادن یک جعبه کوچک یا کارت اعتباری روی قفسه سینه) مانیتور را فعال کنید تا آن لحظه را ثبت کند. در همان زمان ناراحتی خود را در دفتر یادداشت بنویسید.

هنگام استفاده از مانیتور

از نزدیک شدن به پتوهای برقی، آهنربا، کاشف فلزات، و مناطقی که ولتاژ بالا دارند مانند خطوط انتقال برق قوی، خودداری کنید. این شرایط ممکن است در ثبت مانیتور اختلال ایجاد نمایند.



چگونگی فعال نمودن مانیتور وقایع نگار به وسیله فشار دادن یک دکمه، به شما نشان داده می‌شود.

هولتر مانیتور

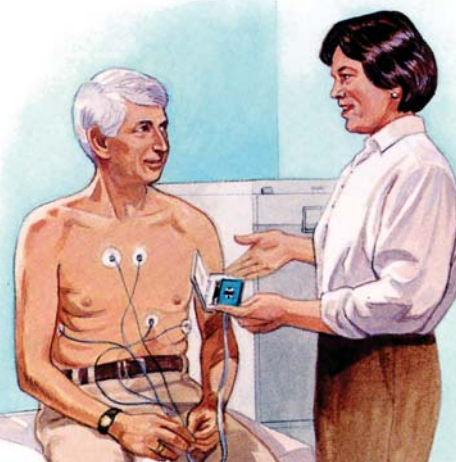
در دفتر یادداشت روزانه:

- هرگاه دکمه مانیتور را فشار می‌دهید، زمان آنرا در دفتر یادداشت ثبت کنید.
- هرگونه تغییر در فعالیت، از جمله زمانی که دارو مصرف می‌کنید را یادداشت کنید.
- هرگونه علامت یا ناراحتی که احساس می‌کنید را یادداشت کنید.

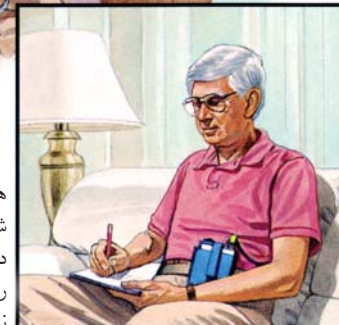
مانیتور وقایع نگار

در دفتر یادداشت روزانه:

- ساعت و روز مواقعی که مانیتور را فعال می‌کنید، یادداشت نمایید.
- هرگونه علامت یا ناراحتی احساس کردید یادداشت کنید، همچنین فعالیتی که در آن زمان انجام می‌دهید ثبت کنید.
- زمانی که دارو را مصرف می‌کنید یادداشت نمایید.



چگونگی استفاده از هولتر مانیتور به شما نشان داده می‌شود.



هنگامی که هولتر به بدن شما متصل شده است، دفتر یادداشت روزانه را به طور دقیق تکمیل نمایید.

نمونه یادداشت روزانه هولتر مانیتور

علامت	فعالیت	زمان
نداشتم	دارو خوردم	۷ صبح
نداشتم	صبحانه خوردم	۷:۳۰ صبح
ضربان قلب تند تر شد	با اتومبیل به محل کار رفتم	۸ صبح
ضربان قلب تند تر شد	ملاقات با رئیس	۹ صبح

نمونه یادداشت روزانه مانیتور وقایع نگار

تاریخ	زمان	فعالیت	علامت
۱۲ ماه مه	۸ صبح	لباس پوشیدم	احساس گیجی داشتم
۱۵ ماه مه	۹:۱۵ صبح	با اتومبیل به محل کار رفتم	مختصر دردهای قفسه سینه داشتم
۲۱ ماه مه	۵:۵۶ عصر	به خرید رفتم	احساس گیجی داشتم

توجه: واژه های یادداشت شما با نمونه های ذکر شده در بالا متفاوت خواهند بود.