

# ПАМЯТКА ПАЦИЕНТУ

## при использовании холтеровского монитора

**Холтеровское мониторирование** — это непрерывная регистрация ЭКГ в течение суток и более.



### 1. Перед началом исследования

Датчики и электроды наклеиваются на грудную клетку, а сам регистратор крепится на пояс, ремень или в специальный чехол.

Кожа перед наклеиванием обычно обезжиривают и при необходимости подготавливают, чтобы электроды держались лучше и запись была качественной.

Одежду лучше надеть свободную, удобную, без тугих воротников и плотных ремней.

Если у вас есть волосы на груди, может потребоваться их частичное удаление в местах крепления электродов.

### 2. Во время мониторирования

Носите аппарат **непрерывно** весь срок исследования, не снимая без необходимости.

Старайтесь вести обычный, но **спокойный** образ жизни, чтобы запись отражала ваш повседневный ритм.

Если врач разрешил, можно выполнять привычные дела, ходить, работать, подниматься по лестнице.

При появлении симптомов, которые нужно зафиксировать, сразу отметьте это в дневнике.

### 3. Чего **НЕЛЬЗЯ** делать

Нельзя мочить аппарат: **ванна, душ, баня, бассейн** обычно запрещены.

Нельзя снимать электроды, переклеивать их или самостоятельно менять положение датчиков.

Нельзя подвергать прибор ударам, сильной тряске или перегибу проводов.

Нежелательно пользоваться приборами и устройствами, которые могут мешать записи, если врач отдельно предупредил об ограничениях.

Не следует делать интенсивные нагрузки, если их не назначал врач для пробы с нагрузкой.

### 4. Как вести себя при измерении

Если аппарат подаёт сигнал или вы чувствуете, что начинается запись эпизода, оставайтесь спокойны. Постарайтесь в этот момент не делать резких движений руками и туловищем.

Если во время исследования вам стало плохо, сработал электрод или отклеился датчик, свяжитесь с кабинетом, где вам устанавливали аппарат.

### 5. Дневник пациента

Дневник нужен обязательно. В него обычно записывают:

- ✓ Время сна и пробуждения.
- ✓ Время приёма пищи.
- ✓ Время приёма лекарств.
- ✓ Физическую активность: ходьба, подъём по лестнице, работа, отдых.
- ✓ Симптомы: перебои в сердце, сердцебиение, боль в груди, одышку, головокружение, слабость, обморок.
- ✓ Время, когда вы отметили неприятные ощущения и что вы в этот момент делали.

### 6. Если электрод отклеился

#### Не паникуйте!

Если вам заранее объяснили, как это сделать, можно аккуратно закрепить электрод обратно.

Если инструкции не было, лучше не пытаться исправлять запись самостоятельно и связаться с медицинским учреждением.

Если провода мешают или натирают, сообщите об этом медперсоналу.

### 7. Ночью

Спите как обычно, но старайтесь не лечь на регистратор и не пережимать провода.

Аппарат обычно оставляют работать всю ночь.

Если устройство мешает, не снимайте его самостоятельно без указания врача.

### 8. После завершения исследования

В назначенное время верните аппарат в клинику. Передайте заполненный дневник врачу или медсестре.

Не пытайтесь самостоятельно расшифровывать результат — это делает врач с учётом записи и ваших симптомов.

### 9. Срочно сообщите врачу, если

Появилась сильная боль в груди.

Возникла выраженная одышка.

Был обморок или предобморочное состояние.

Аппарат перестал работать, отключился или сильно отклеились электроды.

На коже появилась выраженная аллергическая реакция, сильное раздражение или ожог в местах крепления электродов.

