



## Правила измерения артериального давления

Существует ряд правил, которые необходимо соблюдать, чтобы получить истинные цифры артериального давления (АД). Эти правила не зависят от типа прибора, которым производят измерения.

АД может отличаться на левой и правой руках на 10 и более мм. рт. ст. Поэтому один раз нужно измерить АД на обеих руках, установить на какой оно выше, и в дальнейшем измерять АД только на той руке, где показатели выше.

В течение часа перед измерением АД нельзя курить и употреблять кофе; после последнего приема пищи должно пройти не менее 1-2 часов. Измеряют АД в спокойных условиях после 5-ти минутного отдыха. Нужно избегать дополнительных внешних воздействий (шум, вибрация и т. д.), которые могут исказить цифры АД и помешать отчетливо слышать удары («тоны Короткова»).

Оптимальная поза для измерения АД: сидя на стуле, опираясь на спинку, с расслабленными и не скрещенными ногами.

Размер манжетки тонометра должен соответствовать окружности плеча: охватывать не менее 80% окружности и не менее 40% длины плеча.

Окружность плеча	Размер манжетки	Пациент
15-22 см	маленькая (9 на 16 см)	худые пациенты
22-32 см	стандартная (12 на 23 см)	взрослые пациенты с нормальным весом
32-42 см	большая (15 на 30 см)	тучные пациенты или пациенты с большой мышечной массой

Рука, на которой производится измерение АД, освобождается от одежды, укладывается на опору. Манжетка тонометра располагается приблизительно на уровне сердца (середина манжетки на уровне груди), нижний край на 2-3 см выше локтевого сгиба, вход трубки в манжету находится над локтевым сгибом. Между манжеткой и поверхностью плеча должен проходить палец.

Мембрана стетоскопа плотно прилегает к поверхности плеча в середине локтевой ямки (в месте максимальной пульсации плечевой артерии). Головка стетоскопа не должна касаться манжетки или трубок.

Во время измерения АД нельзя разговаривать.

Проверьте положение стрелки манометра относительно нулевой отметки шкалы.

Закройте вентиль на груше и накачивайте в манжетку воздух: нагнетайте воздух, пока давление в манжетке по показаниям манометра не превысит на 25-30 мм ртутного столба уровень, при котором перестала определяться пульсация артерии. Нагнетание воздуха в манжету должно быть быстрым. Откройте вентиль и медленно (2 мм рт.ст.в одну секунду) выпускайте воздух из манжетки. Одновременно фонендоскопом выслушивайте тоны и следите за показаниями шкалы манометра.