



پارلمان شهدای یافت آباد

راهنمای اندازه‌گیری فشارخون در

افراد بزرگسال

(جهت آموزش به بیمار و همراه)

س. نژادفاصل

فروردین 1392

6- توجه نمائید اگر چه برخی از این دستگاه‌ها گران هستند ولی تشخیص فشارخون سیستول و دیاستول را به راحتی امکان پذیر می‌کنند. و جهت درمان شما کمک کننده خواهند بود.

7- این دستگاهها باید هر 1 سال چک شوند تا از دقت آن اطمینان حاصل شود. پس با شرکت سازنده در این زمینه تماس و راهنمایی بگیرید.

منبع: اصول و مهارتهای پرستاری. (روشهای کار). ترجمه: احمد علی اسدی

نوقابی و بهکاران. انتشارات اندیشه رفیع. 1390

توصیه های مهم:

- 1- جهت نظافت دستگاه در قسمت دیافراگم گوشه می‌توانید آن را با یک پنبه الکلی تمیز نمایید. دستگاه را به طور مناسب جمع نموده و آن را در جای مخصوص خود قرار دهید تا به سادگی در دسترس باشد.
- 2- برخی از دستگاهها، فشارخون را در مچ دست اندازه می‌گیرند، پس هنگامی که فشارخون از مچ دست اخذ می‌شود مچ دست باید در سطح قلب قرار داشته باشد تا از اشتباه جلوگیری شود. چون برخی از مانیتورهای مچ دست تنها زمانی فشار را اندازه می‌گیرند که در سطح قلب نگاه داشته شوند.
- 3- به یاد داشته باشید چنانچه ملزم به کنترل روزانه فشارخون هستید همواره یک وضعیت یکسان و یک دست را جهت اخذ فشارخون استفاده نمائید و این نکته را نیز در زمان معاینه و مراجعات به پزشک و کادر درمانی اعلام نمائید.
- 4- این نکته را بدانید که روش اندازه‌گیری فشارخون در بزرگسالان و کودکان متفاوت است.
- 5- سایزهای مختلف بازو بند شامل بازوبندهای کوچک یا بزرگ موج و د می باشد. استفاده از سایزهای نامناسب ممکن است فشارخون را اشتباه نشان دهند

مراجعه کننده محترم ، این راهنمای آموزشی جهت آشنایی شما تهیه شده است . در صورت هر گونه مشکل و یا سوال می توانید با شماره تلفنهای 8-66783120 با شماره داخلی 300 و 304 (اورژانس) تماس حاصل نموده و راهنمایی های لازم را دریافت دارید .

بست کردن فشارخون به نکات زیر توجه نمایند:

- 1- بیمار در وضعیت راحت دراز بکشد یا بنشیند . ساعد دستی که از آن فشارخون اندازه گیری می شود باید در سطح قلب و کف دست به سمت بالا باشد اگر سنجش فشارخون در وضعیت ایستاده انجام می گیرد بازوی فرد بر روی یک بالشت قرار می گیرد . در وضعیت نشسته ، یا بازوی بیمار توسط فرد گیرنده فشارخون نگه داشته شود یا آن را بر روی دسته صندلی و .. قرار گیرد . اگر بیمار نشسته است به صندلی تکیه دهد . علاوه بر این ، پاهای بیمار بر روی یکدیگر قرار نگرفته باشند .
- 2- آستین لباسی را که پوشیده ، در حدی که بالاتر از محل بازوبند قرار گیرد بالا بزنید .
- 3- محل شریان بازویی لمس شود. قسمت مرکزی کیسه داخل بازو بند را روی شریان بازویی در حدود میانه بازو به طوری که لبه پایین بازوبند در حدود 2/5 الی 5 سانتی متر بالاتر از قسمت داخلی آرنج قرار گیرد . لوله ها از لبه بازوبند به طرف آرنج امتداد یابد

- 4- بازوبند دستگاه را صاف و یکنواخت دور بازو ببندید . اجازه ندهید لباس مانع از جایگذاری صحیح بازوبند گردد
- 5- توجه داشته باشید که عقربه فشارسنج در مدل های معمولی ، بر روی عدد صفر قرار داشته باشد یا در نوع جیوه ای مانومتر جیوه ای در وضعیت عمودی قرار گیرد .

طرز تخمین فشار سیستولیک یا اولیه

- 1- با فشار ملایم نوک انگشتان ، نبض را در محل شریان بازویی یا رادیال لمس نمایید .
- 2- پیچ دریچه پمپ هوا را ببندید .
- 3- در حالی که همچنان نبض شریانی را لمس می کنید بازوبند را باد کنید و به عددی که در آنجا نبض ناپدید می گردد توجه نمایید .
- 4- بازوبند را از هوا خالی کرده و 1 دقیقه صبر کنید .

طرز اندازه گیری فشارخون

- 1- در حالتی قرار گیرید که بیش از یک متر از قسمت مدرج دستگاه فشارسنج فاصله نداشته باشید .
- 2- پیچ دریچه پمپ هوا را ببندید .
- 3- قسمت بل یا دیافراگم گوشی را به صورت محکم و با مختصری فشار روی شریان بازویی قرار دهید گوشی با لباس یا بازوبند تماس نداشته باشد .

- 4- پمپاژ را تا 30 میلی متر جیوه بالاتر از نقطه ای که فشار سیستولیک لمس شده ادامه دهید ، دریچه مانومتر را باز کرده و اجازه دهید هوا به آهستگی خارج شود (اجازه دهید که در هر ثانیه ، عقربه فشارسنج 2 تا 3 میلی متر پایین بیاید) .

- 5- به نقطه ای از درجه بندی که صدای واضح ولی ضعیف شنیده می شود و شدت آن به آهستگی افزایش می یابد توجه نمایید . این نقطه همان فشار سیستولیک است .
- 6- در صورتی که صدایی را متوجه نشدید برای سنجش مجدد فشار سیستولیک ، در حین خروج هوا ، کاف را دوباره باد نکنید .
- 7- تا به نقطه ای که در آن صدا به طور کامل از بین می رود به شنیدن صدا ادامه دهید .
- 8- اجازه دهید که هوای باقیمانده در کاف به سرعت خارج شود می توانید هر اندازه گیری مشکوکی را دوباره انجام دهید ، اما باید بین آنها حداقل 1 دقیقه فاصله باشد . در طی این فاصله هوای داخل کاف باید کاملاً تخلیه شود .
- 9- پس از اتمام اندازه گیری فشارخون ، کاف را از روی بازو بردارید .