

Jak na ambulantní monitorování krevního tlaku



Ambulantní monitorování krevního tlaku (Ambulatory Blood Pressure Monitoring – ABPM, někdy také nesprávně nazývané tlakový holter) je základní vyšetřovací metodou, která zpřesňuje a urychluje stanovení diagnózy hypertenze. Pacient při tomto vyšetření nosí zpravidla po dobu 24 hodin přístroj, jenž automaticky ve stanovené frekvenci měří a zaznamenává hodnoty krevního tlaku. Takový záznam má větší výpovědní hodnotu vzhledem k poškození cílových orgánů a kardiovaskulárnímu riziku než běžné měření v ordinaci nebo domácí měření pacientem.

Příklady indikací ABPM:

- vysoká variabilita krevního tlaku
- podezření na maskovanou hypertenzi
- podezření na fenomén bílého pláště
- epizodická hypertenze
- nevysvětlené hypotenze
- rezistence hypertenze k léčbě
- kontrola terapie

Praktické aspekty měření:

- Klíčová je volba správné velikosti manžety – její šířka by měla tvořit 40 procent obvodu paže.
- Manžeta se přikládá na nedominantní paži.
- O manžetu je nutné pečovat, po každém použití je vhodné ji ošetřit bezalkoholovou dezinfekcí.
- Manžetu je vhodné podložit ochranným návlekm – osvědčil se textilní „rukáv“, ze kterého se odstřihuje pro každého pacienta potřebný kus.
- Měření se obvykle provádí v 15minutových intervalech v denní době a ve 30minutových či hodinových intervalech v noční době (získá se tak 70 až 80 hodnot). U nemocných, kteří netolerují nafukování manžety, může být frekvence nižší.
- Je nutná pravidelná kontrola správné funkce záznamníku.
- Průměrné hodnoty 24hodinové monitorace krevního tlaku jsou typicky nižší než hodnoty naměřené v ordinaci lékaře.

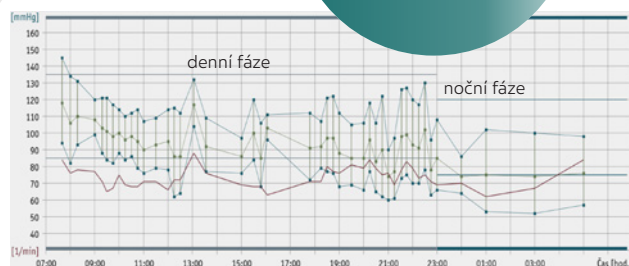
Co by měl vědět pacient:

Měření by mělo proběhnout v den, který je pro životní styl pacienta typický, je ale vhodné se vyhnout delšímu cestování – s měřením interferuje zvláště hromadná doprava.

Pro správnou interpretaci vyšetření je nezbytné, aby si pacient vedl „deníček“, do kterého zaznamená všechny okolnosti důležité z hlediska ovlivnění krevního tlaku, případné obtíže a také medikaci. Zvláště je důležité přesné vyznačení doby spánku.

S přístrojem není možné se sprchovat nebo koupat.

**Důležitý
je noční
pokles**



Krevní tlak se během noční fáze fyziologicky snižuje přibližně o 10 až 20 procent. Pokud k tomuto poklesu nedochází (pacient se označuje jako non-deeper), znamená to zvýšené kardiovaskulární riziko, stejně jako pokud je tento pokles hlubší.