

VLOGA MS OB KONTROLNEM PREGLEDU BOLNIKA S HIPERTENZIJO V AMBULANTI

Andreja Šum-Lešnjak

Univerzitetni klinični center Ljubljana

KO za hipertenzijo

ARTERIJSKA HIPERTENZIJA

- Je ena od najpogostejših civilizacijskih bolezni
- Smrtnost zaradi povišanega krvnega tlaka oz. njegovih posledic je približno 40% vseh smrtnih primerov pod 65 letom starosti
- Imenujemo jo tudi tiha ubijalka

DEFINICIJA ARTERIJSKE HIPERTENZIJE

Kronično povišanje sistoličnega in/ali
diastoličnega krvnega tlaka

Delo medicinske sestre 1

- Telesna teža
- Telesna višina
- Indeks telesne mase
- Obseg pasu
- Ugotavljanje prehranjenosti in ogroženosti bolnika



Delo medicinske sestre 2

- Obseg nadlahti
- Izbira manšete
- Merjenje KT na obeh rokah
- Merjenje KT sede, stoje, leže
- Merjenje KT na nogi
- EKG



Sestrskaja anamneza

UGOTAVLJANJE STANJA

- Pozna njene škodljive posledice
- Pozna nefarmakološke ukrepe
- Se zaveda bolezni in jo sprejema
- Pomen samomeritev in pravilno merjenje KT

UKREPI

- Individualno izobraževanje glede na potrebe varovanca
- Pisno gradivo o nefarmakoloških ukrepih
- Predavanja in učne delavnice

Merjenje krvnega tlaka

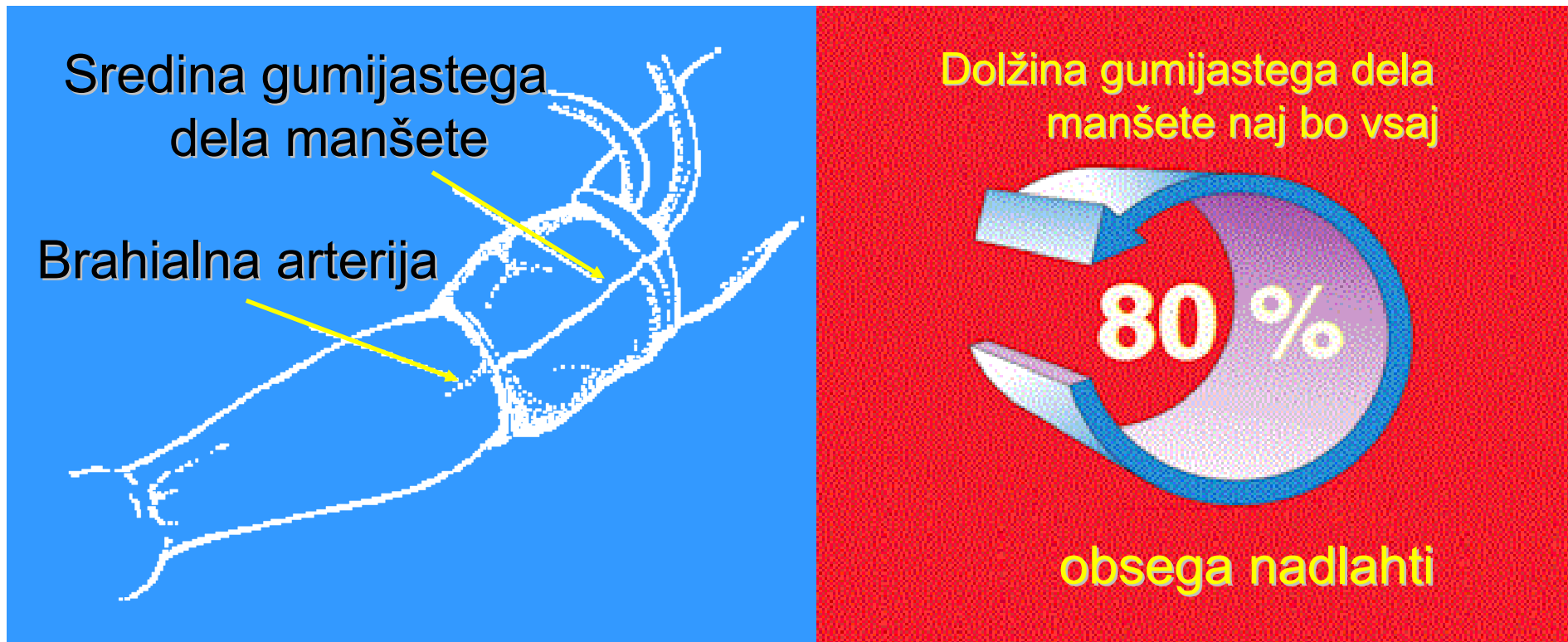
- Standard merjenja krvnega tlaka
- Živosrebrni sfigmomanometer
- Minimalni izbor manšet
- Higiena manšet
- Razlaga in utemeljitev postopkov



SPLOŠNA PRAVILA PRED MERITVIJO KRVNEGA TLAKA

- na kratko razložiti postopek preiskovancu
- vsaj 30 minut pred meritvijo preiskovanec ne bi smel zaužiti alkohola ali nikotina
- meritev naj se začne po 5 minutah mirovanja
- bolnik naj sedi udobno, z golo nadlahtjo, podprto v višini srca

PRAVILNA LEGA IN VELIKOST MANŠETE V SLIKI

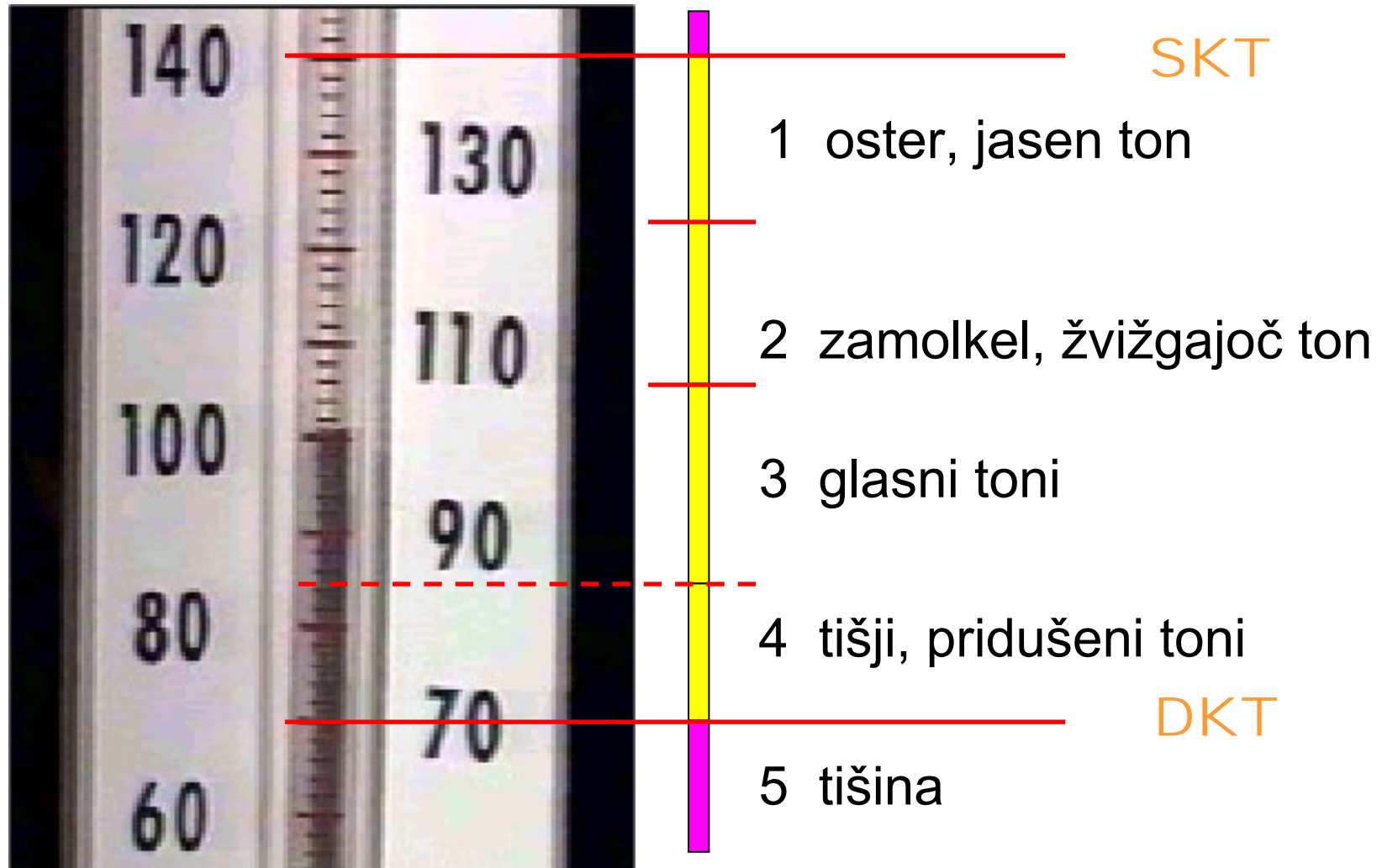


PRIMERNA VELIKOST MANŠET

- dolžina napihljivega dela manšete vsaj 80% obsega nadlahti
- prekratka manšeta: izmerjen krvni tlak previsok (t.i. “undercuffing”)
- priporočene dimenzije napihljivega dela manšete:

Obseg nadlahti	Dimenzije mehurja	Preiskovanci
<15 cm	4 × 13 cm	majhni otroci
15 – 22 cm	9 × 16 cm	otroci, vitki odrasli
22 – 32 cm	12 × 23 cm	odrasli
32 – 42 cm	15 × 30 cm	izrazito mišičasti ali debeli

FAZE KOROTKOVIVH TONOV



MERJENJE KRVNEGA TLAKA

- izbira merilnika
 - živosrebrni (RR + Korotkov)
 - oscilometrični
 - nad/podlaket
- izbira manšete
- standardni postopek



POVZETEK MERJENJA KRVNEGA TLAKA

ocena sistoličnega krvnega tlaka s palpacijo

- palpacija utripov brahialne arterije
- napihovanje manšete dokler utripi ne izginejo
- spuščanje zraka iz manšete
- ocena sistoličnega krvnega tlaka
- nežno pritisnite stetoskop na mesto največjega utripanja brahialne arterije



POVZETEK MERJENJA KRVNEGA TLAKA

ocena krvnega tlaka z avskultacijo

- napihnite manšeto do **30 mm Hg** nad ocenjen sistolični krvni tlak
- znižujte tlak s hitrostjo **2–3 mm Hg na sekundo** ali na srčni utrip
- odčitajte sistolični tlak, ko vsaj dvakrat zaporedoma zaslišite ponavljajoče se, jasne, ostre tone
- ocenite diastolični krvni tlak, ko ponavljajoči se toni izginejo

Samomeritve krvnega tlaka 2

- 30 min. pred meritvijo NE alkohola in kajenja
- Meritev sede oz. stoje
- Roka na trdni podlagi v višini srca
- 5 min. počitek
- Pravilna namestitev manšete

Samomeritev krvnega tlaka 3

- Meritev izvedena na roki z višjim krvnim tlakom
- Odčitavanje v I. in V. (včasih IV.) tonu po Korotkovu
- Ponovitev meritve z 1-2 min. presledkom
- Kdaj in zakaj stoje?



Zapis meritve

- Datum in čas (uro) meritve
- Vrednost sistoličnega in diastoličnega KT
- Roka na kateri je bil izmerjen KT
- Položaj bolnika med meritvijo
- Širina manšete
- Vrsta merilnika

Kdaj naj si bolnik meri krvni tlak

- Začetek **samomeritev-nefarmakološki** ukrepi: prvih 7 dni zjutraj (med 6 in 9 uro) in zvečer (med 18 in 21 uro). Meritev prvega dne ne upoštevamo.
- Čas **zdravljenja z zdravili**: enako kot v prvi fazi, vedno preden vzame zdravila. Pri spremembi zdravil nadaljuje z merjenjem še 14 dni.
- Nadzor **uspešno zdravljene hipertenzije**: 1 krat tedensko zjutraj.

Merjenje krvnega tlaka na stegnu 1

- Široka manšeta (20x42 za obsege 45-52 cm)
- 2 cm nad podkolensko kotanjo
- Mikrofon fonendoskopa nad pulz podkolenske arterije
- Napihnemo 30 mm Hg nad SKT izmerjen na roki

Merjenje krvnega tlaka na stegnu 2

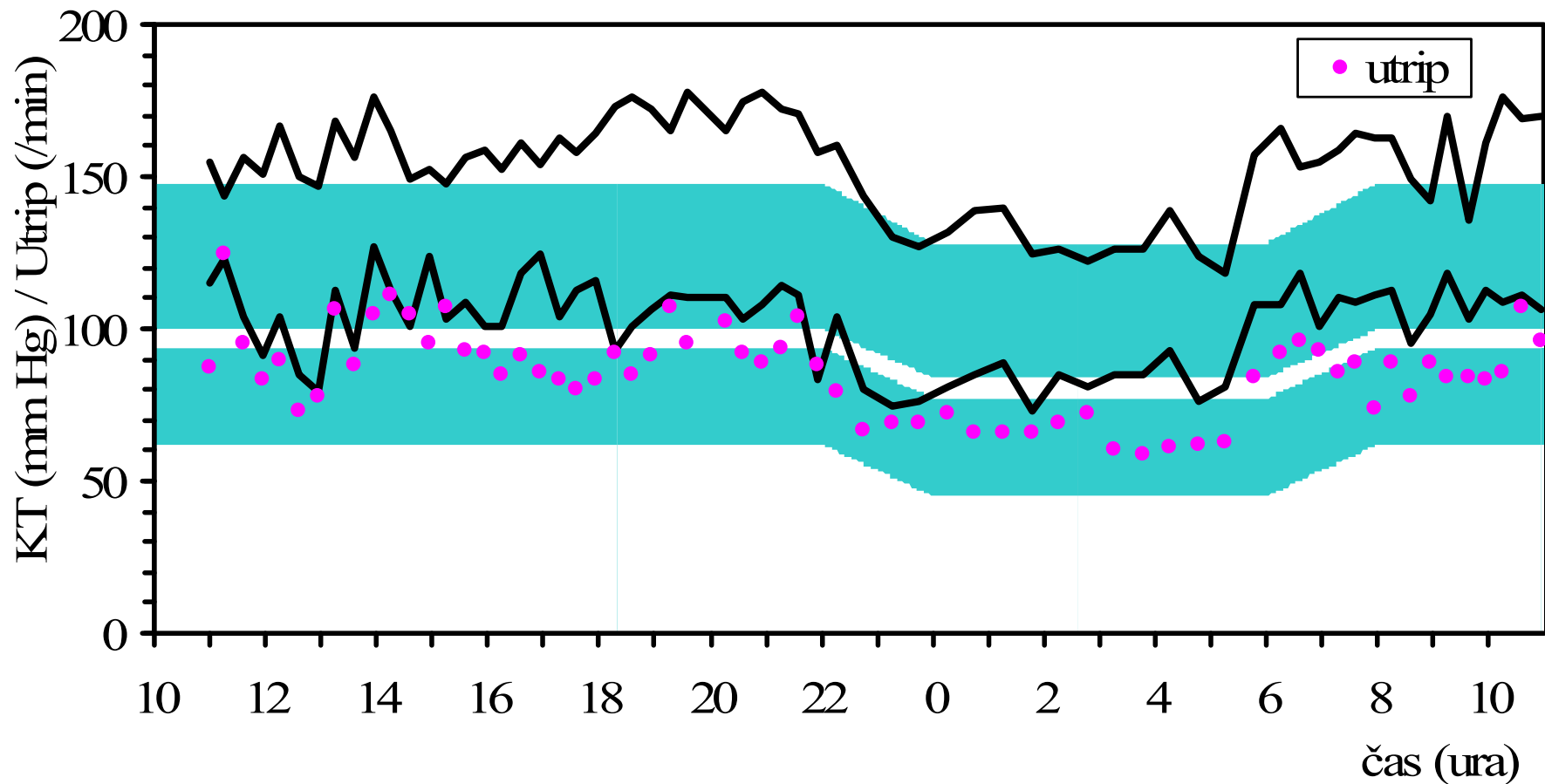
- Spuščamo zrak iz manšete s hitrostjo 2mm Hg na sekundo
- Odčitujemo kot na roki
- Nasvet: meritev naj izvede najmočnejši člen zdravstvenega tima



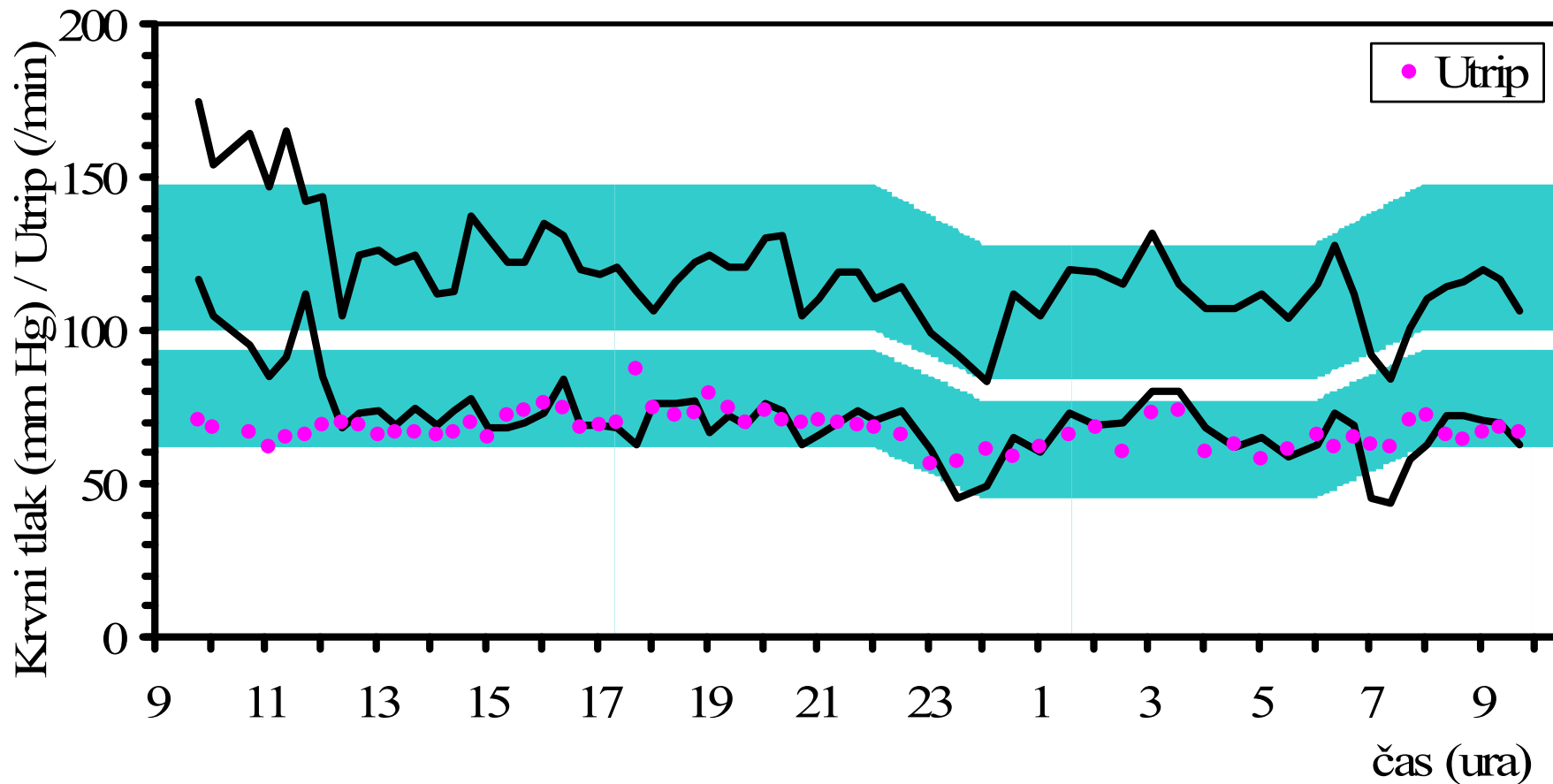
24-neinvazivno merjenje KT(NMKT)



- Neobičajna variabilnost KT
- Visok KT v ambulantni ob minimalnih spremembah na tarčnih organih
- Simptomi hipotenzivnih epizod
- Rezistentna hipertenzija



Hipertenzija z normalnim upadanjem krvnega tlaka ponoči.
 Moški, 28 let. Krvni tlak podnevi 161/107 mm Hg, ponoči
 133/85 mm Hg, upadanje krvnega tlaka ponoči 17/21%.



Hipertenzija bele halje z normalnim upadanjem krvnega tlaka ponoči.

Ženska, 58 let. Krvni tlak podnevi 123/73 mm Hg, ponoči 110/67 mm Hg, v prvi uri preiskave 164/106 mm Hg, upadanje krvnega tlaka ponoči 10/8%.