



# Памятка по проведению холтеровского мониторинга







**Холтеровское (суточное) мониторирование электрокардиограммы (ЭКГ)** - это метод исследования, который позволяет производить непрерывную регистрацию электрокардиограммы с помощью портативного устройства в течение длительного периода времени (обычно 24 часа).

## Подготовка:



Надеть удобную, свободную х/б футболку

Мужчинам побрить грудную клетку



## Рекомендации по ношению аппарата:

-  При ношении аппарата нельзя принимать ванну или душ;
-  Нельзя подвергать аппарат ударам или нагреванию;
-  Избегать нагрузок, вызывающих обильное потоотделение;
-  Не находиться вблизи линий электропередач;
-  Вести дневник своего самочувствия.
-  При отклеивании электрода/ов, наклейте его/их обратно





## Как проходит холтеровское мониторирование?

-  **Установка датчиков:** На Вашу грудную клетку будут установлены датчики, которые будут записывать ЭКГ.
-  **Ношение регистратора:** Вы будете носить небольшой регистратор, который будет записывать ЭКГ в течение 24 часов. Весь период необходимо вести дневник, в котором фиксировать род занятий во время бодрствования (ходьба, нагрузка физического или эмоционального характера и др.), время отдыха, самочувствие




во время выполнения тех или иных дел. Обязательно нужно записывать время появления всех симптомов (особенно чувства боли в области сердца, перебоев в работе сердца, головокружения, обморока, одышки). В период ношения прибора обязательно сделайте пробы с физической нагрузкой. Это подъем на 4 лестничных пролета (с 1 по 5 этаж). Также при наличии вышеописанных или других симптомов, запишите время их появления и на каком этаже они появились.

-  **Запись ЭКГ:** Регистратор будет записывать ЭКГ в течение 24 часов, независимо от того, чем Вы занимаетесь.
-  **Снятие датчиков:** После 24 часов датчики будут сняты, и регистратор будет возвращен врачу.

## Что делать во время холтеровского мониторинга?

-  **Живите обычной жизнью:** Продолжайте заниматься своими обычными делами, такими как работа, сон, еда и т.д.
-  **Не ограничивайте себя:** в физической нагрузке или эмоциональном стрессе.
-  **Записывайте события:** Записывайте любые события, которые могут повлиять на Ваше сердце, такие как приступ боли в груди или одышка.
-  **Не трогайте датчики или регистратор:** это может повлиять на запись ЭКГ.

## Что делать после холтеровского мониторинга?

-  Верните регистратор врачу после 24 часов.
-  Дождитесь результатов мониторинга, они будут готовы через несколько дней.
-  Обсудите результаты с врачом, чтобы понять, что они означают для Вашего здоровья.

*Соблюдение рекомендаций позволяет получить достоверный результат!*

С заботой о Вас и Вашем сердце, Клиника СЛ.

