

Правила измерения артериального давления

1. **Обязательно** тонометр с манжеткой на плечо. Людям старше 40 лет из-за снижения эластичности сосудов использование запястных моделей тонометров не рекомендовано: риск неточных измерений в этом случае существенно возрастает. Для оценки уровня АД в неотложных ситуациях (ухудшения самочувствие в поездках, на работе) можно использовать запястные автоматические измерители АД. Следует помнить, что давление, измеренной на запястье, несколько ниже уровня АД на плече.

2. На приборе должен быть логотип организации, проводившей исследование точности измерений: **BHS\ESH\AAMI**

Правила измерение артериального давления

Положение при измерении:

Сидя в удобной позе, рука располагается на столе, на уровне сердца; манжетка накладывается на плечо, нижний край ее на 2 см выше локтевого сгиба

Условия измерения:

- Исключается употребление кофе и крепкого чая в течение 1 часа перед измерением;
- Не рекомендуется курить в течение 30 минут до измерения АД;
- Отменяется прием симпатомиметиков, включая глазные и назальные капли;
- АД измеряется в покое после 5-минутного отдыха;
- В случаи если процедура измерения АД предшествовала значительная физическая или психоэмоциональная нагрузка, период отдыха 15-30 минут.

Кратность измерения: Для определения уровня АД следует выполнить 3 измерения на каждой руке с интервалом не менее 1 минуты.

!Принято считать, что величина АД, равная 140\90 мм.рт.ст, измеренная на приеме у врача , соответствует АД, равному 130\80 мм.рт.ст. при измерениях в домашних условиях.

Классификация значений артериального давления:

Оптимальное: систолическое <120 диастолическое <80

Нормальное: систолическое 120-129 диастолическое 80-84

Высокое нормальное: систолическое 130-139 диастолическое 85-89

АГ 1-й степени: систолическое 140-159 диастолическое 90-99

АГ 2-й степени: систолическое 160-179 диастолическое 100-109

АГ 3-й степени: систолическое > 180 диастолическое >110