

24 uurs bloeddrukmeting

Waarom een 24-uurs bloeddrukmeting?

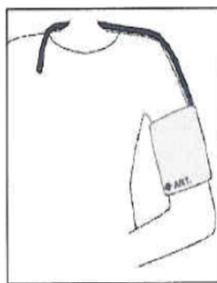
Bloeddrukwaarden wisselen gedurende de dag, de avond en de nacht. 's Morgens is onze bloeddruk vaak lager dan 's middags of 's avonds. Gedurende de nacht (slaap) daalt de bloeddruk. Ook door het gebruik van medicijnen, inspanningen en emoties wordt onze bloeddruk beïnvloed. Het is voor uw arts belangrijk om inzicht te krijgen in deze bloeddrukwisselingen tijdens uw dagelijkse bezigheden. De arts kan zo de juiste medicatie en behandeling voorschrijven.

Hoe gaat het meten?

Deze bloeddrukmeting gebeurt automatisch met een apparaat, dat een hele dag en nacht uw bloeddruk registreert. U hoeft nergens op te drukken om de bloeddruk te meten. De meter is voorzien van een pomp en een tijd klok die uw bloeddruk enkele malen per uur meet. Het meetschema is verschillend voor dag en nacht.

Bloeddrukarmband

De bloeddrukarmband krijgt u meestal om de arm die u het minst gebruikt. Er is dan minder kans op bewegingen. Als de bloeddrukarmband tijdens de 24-uurs meting verschuift of verdraait kunt u deze zelf weer corrigeren. U krijgt hierover uitleg bij het aansluiten van de meter.



Arm stil houden

Tijdens het onderzoek wordt op vastgestelde tijden de manchet aan uw bovenarm automatisch opgepompt en weer leeg gelaten. Op dat moment wordt de bloeddruk gemeten. Het is belangrijk om tijdens het meten van de bloeddruk uw arm en vingers zo stil mogelijk te houden, omdat bewegingen de bloeddrukmeting kunnen beïnvloeden. Een hulp hierbij is om uw meet-arm ontspannen op uw buik te laten rusten. Bij veel bewegingen kan het zijn dat de bloeddrukmeter een foutieve meting aangeeft en deze zal na de bloeddrukmeting een piepsignaal afgeven (1x kort). Na 3 minuten zal de bloeddrukmeter dan een nieuwe meting uitvoeren. Mocht de bloeddrukmeter blijven piepen dan kan het zijn dat de slang van de bloeddrukband is losgeraakt. Zet de bloeddrukmeter dan uit (aan/uit knop), controleer de slang en nadat alles weer aangesloten is zet u de bloeddrukmeter weer aan. Pas nadat op het kleine beeldscherm de tijd wordt aangegeven, drukt u op de startknop en gaat de meting gewoon weer door.

Slapen

Ook tijdens het slapen wordt de bloeddruk gemeten maar minder vaak dan overdag. Het 's nachts meten van de bloeddruk is voor uw arts belangrijk om verschil in bloeddruk tijdens dag en nacht te vergelijken. Tijdens het slapen legt u de bloeddrukmeter op uw nachtkastje, of onder uw kussen. Let erop dat u niet op de slang gaat liggen.

Douchen/ baden

Tijdens het onderzoek kunt u niet douchen of baden. De bloeddrukmeter mag niet nat worden.

Bijwerkingen

Er zijn geen schadelijke bijwerkingen van dit onderzoek. Sommige mensen melden tintelingen in de arm of vingers, of een pijnlijke arm tijdens het oppompen van de bloeddrukband. Ook slapen mensen soms minder goed door het geluid dat het apparaat 's nachts bij de meting maakt.

Inleveren bloeddrukmeter

Na 24 uur (ongeveer op hetzelfde tijdstip dat de meter is aangelegd) levert u de bloeddrukmeter in op de polikliniek Interne Geneeskunde. De bloeddrukmeter wordt door de assistente afgekoppeld. De metingen worden door de arts beoordeeld. De uitslag van dit onderzoek krijgt u van de arts die het onderzoek heeft aangevraagd.

Wat moet u doen als u verhinderd bent?

Als u door ziekte of een andere reden verhinderd bent om u afspraak na te komen, laat ons het dan weten. In uw plaats kan een andere patiënt geholpen worden.

Heeft u nog vragen?

Heeft u nog vragen, neem dan contact op met de poli Interne Geneeskunde via telefoonnummer 0513 - 685 600 of stel uw vraag via Mijntjongerschans.

Dagboek

Om een goed beeld te krijgen van de gegevens is het belangrijk om uw dagelijkse bezigheden te kennen:

- Noteer uw bezigheden, zoals. fietsen, wandelen, strijken, in de tuin werken, etc.
- Noteer het innemen van medicijnen.
- Noteer eventuele lichte klachten tijdens de meting, bijvoorbeeld: hoofdpijn, duizeligheid of hartkloppingen.
- Noteer hoe laat u gaat slapen en hoe laat u opstaat.

Voorbeeld:

Tijdstip	Activiteit	Klachten/symptomen
7.00	Wakker geworden	
8.00	Medicijnen ingenomen	
9.00	Opgestaan, ontbeten, boodschappen	
10.00		10.45 duizelig, daarna gaan zitten

11.00	Op visite geweest	
12.00		
23.00	Naar bed	

Tip! Op pagina 4 van deze folder staat een leeg dagboekschema die u kunt invullen.

Belangrijke aandachtspunten

- Trek gemakkelijke kleding aan die ruim om de armen zit.
- Verwijder de band en/of apparaat niet zelf.
- Voer tijdens het dragen van het apparaat zoveel mogelijk uw normale dagelijkse bezigheden uit.
- De arm waar de band om bevestigd is, kan tijdens de metingen verkleuren of zelfs dik worden. Als de arm buiten de metingen om anders van kleur blijft en/of als de vingers tintelen terwijl er niet wordt gemeten, neemt u zo spoedig mogelijk contact op met de polikliniek Interne Geneeskunde.
- Het apparaat en de band mogen niet nat worden. Stel wassen en douchen uit tot na het verwijderen van het apparaat.
- Bescherm het apparaat en de band tegen hoge temperaturen (zon, verwarming en dergelijke).
- Bescherm het apparaat tegen stoten en vallen.
- Ga niet sporten tijdens de 24-uurs bloeddrukregistratie. Door de beweging kan de band van de arm glijden en zweet bemoeilijkt de meting.
- Voer geen beroep of activiteit uit in ruimtes waar stof en/of vuil het apparaat kan beschadigen of de werking ervan negatief kan beïnvloeden.
- Zorg ervoor dat u niet in zwembaden komt of in andere ruimtes waar vocht, warmte en chloordampen de meting doen mislukken.
- Onderga geen onderzoeken met sterke magnetische straling, zoals een MRI.
- Meldt het aan de assistente als u een borstamputatie of borstbesparende operatie heeft ondergaan. Hier wordt rekening mee gehouden bij de plaatsing van de band.
- Houd nauwkeurig een dagboek bij zoals in het voorbeeld.

Grip op uw zorg via Mijntjongerschans

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op www.mijntjongerschans.nl met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heeft u toegang tot uw medische gegevens. U kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

DISCLAIMER

Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo min mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.

Dagboek 24-uurs bloeddrukmeting

Patiëntgegevens:

Datum:

Tijdstip:

Tijdstip:	Activiteit:	Symptomen:
08.00-09.00 uur		
09.00-10.00 uur		
10.00-11.00 uur		
11.00-12.00 uur		

12.00-13.00 uur		
13.00-14.00 uur		
14.00-15.00 uur		
15.00-16.00 uur		
16.00-17.00 uur		
17.00-18.00 uur		
18.00-19.00 uur		

19.00-20.00 uur		
20.00-21.00 uur		
21.00-22.00 uur		
22.00-23.00 uur		
23.00-24.00 uur		
24.00-08.00 uur		