

Прибор для измерения давления на запястье Модель R3 Intellisense

• РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

РУ



A Good Sense of Health

IM-HEM-6021-E-01-06/05

Содержание

Введение	171
Важные меры предосторожности	172
1. Обзор	173
2. Подготовка к работе	175
2.1 Установка/замена батарей	175
2.2 Установка даты и времени	177
3. Использование прибора	179
3.1 Закрепление манжеты на запястье	179
3.2 Правильное положение	181
3.3 Выполнение измерения	182
3.4 Использование функции памяти	184
4. Краткое справочное руководство	187
5. Устранение ошибок и неисправностей ...	188
5.1 Сообщения об ошибках	188
5.2 Поиск и устранение неисправностей ...	189
6. Обслуживание и хранение	191
7. Технические характеристики	193
8. Некоторая полезная информация об артериальном давлении	195

Введение

Спасибо за покупку прибора для измерения давления на запястье OMRON R3 Intellisense.

Это замечательный, компактный и простой в использовании прибор, идеально подходящий для тех, кто часто проверяет свое артериальное давление. Небольшая, эргономической формы манжета легко и удобно надевается на запястье.

После одного нажатия кнопки прибор для измерения давления на запястье OMRON измеряет артериальное давление и пульс и выводит результаты на четкий цифровой экран. Прибор идеально подходит для быстрого и простого измерения давления дома, на работе и в дороге. Кроме того, прибор сохраняет в памяти до 42 результатов измерений и выводит средние значения по трем последним измерениям, сделанным не ранее, чем за 10 минут до последнего измерения. Если в памяти имеются только два измерения, сделанные за этот период времени, то выводятся средние значения для этих двух измерений. Если в памяти есть только одно измерение за этот период времени, то средние значения рассчитываются на основании этого одного измерения.

В приборе для измерения давления на запястье OMRON используется осциллометрический способ измерения артериального давления. Это означает, что прибор определяет вибрации пульсовой волны в артерии запястья и преобразует эти колебания в цифровое значение.

Прямая зависимость между артериальным давлением, измеренным на запястье, и артериальным давлением, измеренным на плече, была подтверждена в клиническом исследовании. Поскольку артерии запястья и плеча сообщаются друг с другом, то изменение артериального давления на уровне запястья отражает изменение артериального давления на уровне плеча.

Частое измерение артериального давления на запястье предоставит Вам и Вашему врачу точную информацию об изменениях вашего реального артериального давления.

Пожалуйста, внимательно прочитайте это руководство по эксплуатации перед использованием прибора. Для получения конкретной информации о своем артериальном давлении ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛЕЧАЩИМ ВРАЧОМ.

Важные меры предосторожности

При беременности, аритмии или атеросклерозе проконсультируйтесь с лечащим врачом.

Никогда не изменяйте дозировку медикаментов, выписанных лечащим врачом.

У лиц с плохим периферическим кровообращением результаты измерений на запястье могут отличаться от результатов, полученных на плече.

OMRON R3 Intellisense предназначен только для индивидуального пользования.

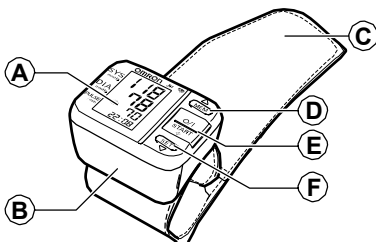
Внимание:

- Самостоятельная оценка результатов измерений и самолечение опасны. Пожалуйста, следуйте указаниям лечащего врача.
- Не оставляйте прибор без присмотра в присутствии детей или лиц, которые не отвечают за свои действия.
- Используйте прибор только для измерения артериального давления.
- Не используйте рядом с прибором сотовый телефон или другие устройства, которые излучают электромагнитные поля. Это может привести к неправильной работе прибора.
- Не используйте прибор в движущемся транспортном средстве (автомобиле, самолете).
- Не разбирайте прибор или манжету, крепящуюся на запястье.
- Батарея может потечь, и эта жидкость может повредить прибор. Пожалуйста, соблюдайте следующие меры.
 - Соблюдайте полярность при установке батарей.
 - Если вы не собираетесь использовать прибор в течение длительного времени (приблизительно три месяца или дольше), выньте из него батареи.
 - Сразу заменяйте разряженные батареи новыми.
 - Не используйте батареи разного типа одновременно.
 - Не используйте новые и уже использованные батареи одновременно.
- Не делайте измерений, если манжета не закреплена на запястье.
- Не подвергайте прибор сильным ударам или вибрации. Не роняйте прибор.

Сохраните данное руководство для использования в будущем.

1. Обзор

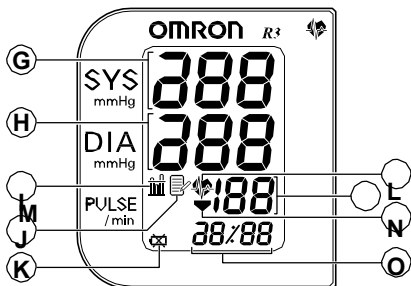
Измерительный блок



- A. Экран
- B. Крышка отсека для батарей

- C. Манжета на запястье
- D. Кнопка MEM (Память)
- E. Кнопка O/I START (Выкл/Вкл СТАРТ)
- F. Кнопка SET (Установка)

Экран



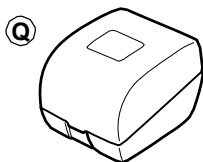
- | | |
|--|---|
| <p>G. Систолическое артериальное давление</p> <p>H. Диастолическое артериальное давление</p> <p>I. Символ среднего значения (Выводится при просмотре среднего результата последних трех измерений)</p> <p>J. Символ значения из памяти (Выводится при просмотре результатов, хранящихся в памяти)</p> <p>K. Символ разряда батарей</p> | <p>L. Символ сердцебиения (Мигает при измерении)</p> <p>M. Пульс</p> <p>N. Символ декомпрессии</p> <p>O. Дата/Время</p> |
|--|---|

Комплектация



- P. Две щелочные батареи типа «AAA» (LR03)

- Журнал для записи артериального давления
- Прибор для измерения артериального давления



- Q. Футляр для хранения

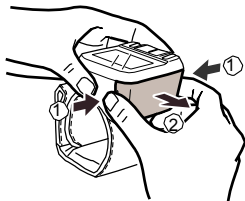
- Руководство по эксплуатации
- Гарантийный талон

2. Подготовка к работе

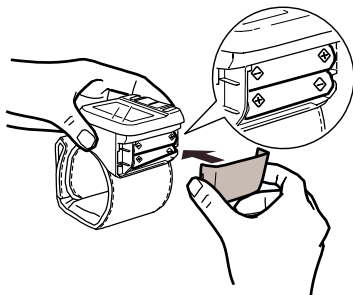
2.1 Установка/замена батарей

1. Снимите крышку отсека для батарей, потянув ее в направлении, указанном стрелкой.

- 1) Возьмитесь за крышку отсека для батарей, захватив ее с двух сторон.
- 2) Снимите крышку с измерительного блока.



2. Вставьте две одинаковые щелочные (LR03) батареи «AAA» 1,5 В в отсек для батарей.

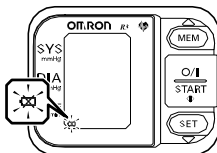



Убедитесь, что их полярность (+/-) соответствует полярности (+/-), указанной в отсеке для батарей.



3. Установите крышку отсека для батарей на место.

Примечание: После установки или замены батарей не забудьте установить время и дату. Обратитесь к разделу «2.2 Установка даты и времени». Значения измерений остаются в памяти даже после замены батарей.

Срок службы батарей и их замена



Если на экране появился символ разряда батарей (, замените сразу обе батареи одновременно.

- Когда символ разряда батарей)  начинает мигать, прибор еще можно использовать в течение некоторого времени. Батареи следует заменить новыми заблаговременно.
- Когда символ)  светится постоянно, батареи полностью разряжены. Батареи следует заменить новыми немедленно.
- Перед заменой батарей прибор следует выключить.
- Если прибор не будет использоваться в течение трех месяцев или более, необходимо вынуть из него батареи.
- При извлечении батарей из прибора происходит сброс установок Дата/Время, поэтому впоследствии нужно заново установить дату и время. Для получения более подробной информации обратитесь к разделу «2.2 Установка даты и времени».
- Утилизацию батарей следует производить в соответствии с местными требованиями.
- Двух новых идентичных щелочных батарей 1,5 В «AAA» хватает примерно на 300 измерений, если делать два измерения в день.
- Поскольку прилагаемые батареи предназначены только для демонстрации работы прибора, то их может хватить меньше, чем на 300 измерений.

2.2 Установка даты и времени

Прибор для измерения артериального давления автоматически запоминает до 42 результатов измерений в памяти и вычисляет среднее значение трех последних измерений, сделанных не ранее, чем за 10 минут до времени последнего измерения.

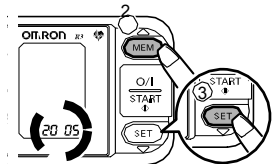
(Если в памяти имеются только два измерения за этот период времени, то выводятся средние значения для этих двух измерений. Если в памяти есть только одно измерение за этот период времени, то средние значения рассчитываются на основании этого одного измерения.) Для использования памяти и функции вычисления средних значений:

- Перед выполнением первого измерения надо установить в приборе правильную дату и время.
- При извлечении батарей из прибора происходит сброс установок даты и времени, поэтому впоследствии нужно заново установить дату и время.
- При первом включении прибора после установки батарей значение года (2005) будет мигать на экране.
- Возможное значение года может лежать в диапазоне от 2005 до 2030. Если значение года достигает 2030, то следующим значением будет 2005.

1. Для установки или сброса даты и времени нажимайте кнопку SET до тех пор, пока на экране не появится значение, которое надо изменить.

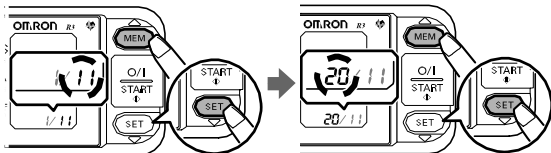
2. При нажатии кнопки MEM выводимое значение будет увеличиваться на единицу за одно нажатие.

Примечание: Если вы нажмете и будете удерживать кнопку MEM, то значения будут меняться быстро.

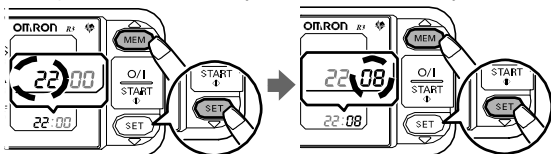


3. Для подтверждения выбранного значения нажмите кнопку установки SET, когда нужное значение появится на экране. Теперь значение года установлено, и начинают мигать цифры месяца.

4. Повторите шаги 2 и 3 для установки месяца и дня.



5. Повторите шаги 2 и 3 для установки часов и минут.



После выполнения всех установок экран может по-прежнему мигать. Для подтверждения установок выключите прибор нажатием кнопки O/I START.

Примечание:

Прибор выключится автоматически после нажатия кнопки SET для подтверждения значения минут при первой установке батарей.

3. Использование прибора

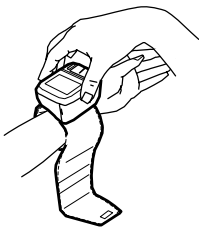
3.1 Закрепление манжеты на запястье

Измерение можно производить на левом или правом запястье.

Примечания:

- Чтобы обеспечить правильное измерение, закрепите манжету так, чтобы она удобно прилегала к вашему запястью.
- Заверните рукав, чтобы манжета облегла обнаженное запястье.
- Манжету нельзя располагать поверх одежды.

1. Наложите манжету на левое запястье в положении, когда большой палец левой руки смотрит вверх.



Примечание: Убедитесь, что манжета не закрывает выступающую часть локтевой кости на краю запястья.

2. Возьмитесь за нижнюю часть манжеты и оберните ее вокруг запястья, затянув так, чтобы она удобно облегла руку.

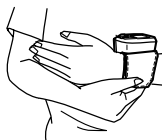


Примечание: Для получения правильных результатов измерения необходимо, чтобы манжета была надежно обернута вокруг запястья.

Расправьте манжету пальцами, чтобы она плотно облегла запястье.

Примечания:

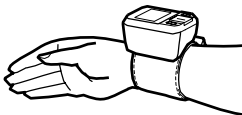
- Если не закрепить застежку надежно вокруг запястья, то манжета может расстегнуться во время измерения.
- Если запястье тонкое, то манжета может сидеть слегка свободно. Однако это не повлияет на результаты измерения, поэтому не следует пытаться затянуть манжету силой.
- Остальную часть манжеты на запястье можно для удобства отогнуть в обратном направлении.
- Если остальную часть манжеты не удастся отогнуть в обратном направлении, то это не повлияет на результаты измерений.



Измерение на правом запястье

Измерения можно также выполнять на правом запястье.

Закрепите прибор на правом запястье, как показано на рисунке.



3.2 Правильное положение

Правильное положение тела во время измерения помогает получить точные результаты.

Кроме этого, желательно измерять артериальное давление каждый день в одно и то же время.

Примечания:

- Не измеряйте давление после приема ванны, употребления алкоголя или после физической нагрузки.
- Не двигайтесь и не разговаривайте во время измерения.

Сядьте удобно, выпрямите спину, возьмитесь рукой за локоть и расслабьтесь.



Держите руку так, чтобы прибор находился на уровне сердца (на высоте сосков).

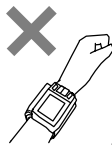


Не поддерживайте манжету другой рукой. Это может привести к неточным результатам измерений.

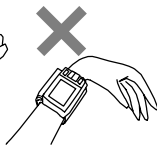
Расслабьте запястье и кисть.



Не отклоняйте запястье назад.



Не сжимайте кулак.

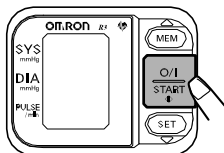


Не отклоняйте запястье вперед.

3.3 Выполнение измерения

1. Для начала измерения нажмите кнопку O/I START.

Манжета начнет автоматически надуваться после включения питания.

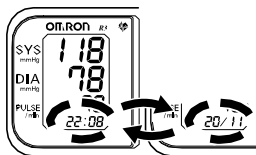


2. После того, как прибор определит артериальное давление и пульс, манжета автоматически сдуется, а давление и пульс будут выведены на экран.

Примечания:

- До окончания измерения сидите спокойно, не разговаривайте и не двигайтесь.
- До окончания измерения держите прибор на уровне сердца.
- Вы можете прекратить измерение в любой момент, нажав кнопку O/I START.

- 3.** Прочтите результат измерения.
Прибор автоматически заносит в память артериальное давление и пульс. Обратитесь к разделу «3.4 Использование функции памяти».



Время и дата измерения выводятся на экран поочередно. Недавно проведенное исследование показало, что в качестве ориентира для определения повышенного давления в домашних условиях можно использовать следующие значения.

Систолическое артериальное давление	Выше 135 мм рт. ст.
Диастолическое артериальное давление	Выше 85 мм рт. ст.

Примечание: Эти критерии предназначены для домашних измерений артериального давления. Критерии уровня артериального давления для профессиональных измерений артериального давления Всемирной организации здравоохранения» (раздел 8. «Некоторая полезная информация об артериальном давлении»).

- 4.** Расстегните застёжку и снимите прибор.
- 5.** Нажмите кнопку O/I START, чтобы выключить прибор. Если вы забудете выключить прибор, то он выключится автоматически через две минуты.

3.4 Использование функции памяти

Этот прибор имеет память, в которой могут храниться результаты 42 измерений.

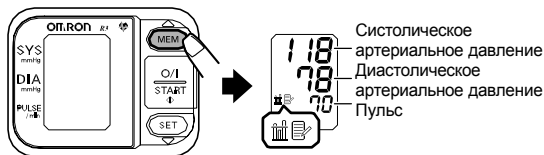
Каждый раз по окончании измерения прибор автоматически заносит в память артериальное давление и пульс.

Если в течение предшествующих десяти минут были произведены три измерения, то на экран выводятся средние значения этих трех измерений. (Если в памяти имеются только два измерения за этот период времени, то выводятся средние значения для этих двух измерений. Если в памяти есть только одно измерение за этот период времени, то средние значения рассчитываются на основании этого одного измерения.)

Примечание: Если в памяти уже хранятся результаты 42 измерений, то результаты самого раннего измерения будут удалены для записи результатов нового измерения.

Просмотр среднего значения

Нажмите кнопку MEM.

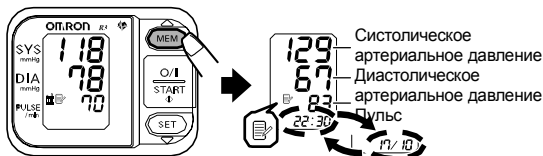


Если в памяти нет ни одного результата измерения, то экран выглядит так, как показано справа.



Просмотр предыдущих измерений, сохраненных в памяти

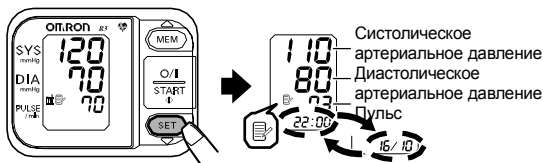
1. После вывода на экран средних результатов измерений нажимайте кнопку MEM для вывода сохраненных в памяти значений, начиная от самого последнего к самому раннему.



Продолжайте нажимать кнопку MEM для просмотра результатов по кругу.

Примечание: Дата и время записанных измерений будут выводиться на экран поочередно.

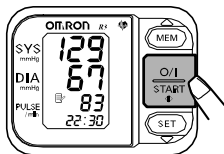
2. После вывода на экран средних результатов измерений нажимайте кнопку SET для вывода сохраненных в памяти значений, начиная от самого раннего к самому последнему.



Продолжайте нажимать кнопку SET для просмотра результатов по кругу.

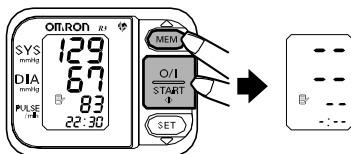
- 3.** Для выключения прибора нажмите кнопку O/I START.

Примечание: Если вы забудете выключить прибор, то он через две минуты выключится автоматически.



Удаление всех значений из памяти

В приборе невозможно удаление результатов отдельных измерений, можно удалить только все значения сразу. Для удаления сохраненных значений сначала нажмите кнопку MEM. Затем, не отпуская ее, нажмите одновременно кнопку O/I START и удерживайте обе нажатыми примерно 2÷3 секунды. При этом все значения будут удалены из памяти.



Примечания:

- После удаления всех сохраненных значений экран выглядит как на вышеуказанном рисунке и мигает символ памяти. Для возврата в режим просмотра памяти отпустите кнопки.
- Если значения даты и времени устанавливаются на время, предшествующее последнему измерению, то средние значения будут основываться на измерениях, проведенных после установки новых значений даты и времени. Однако вы можете просматривать измерения, сохраненные в памяти.

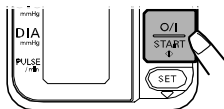
4. Краткое справочное руководство

Используйте этот раздел только как краткий справочник. Если вы используете прибор впервые, пожалуйста, внимательно прочтите главу 3 данного руководства по эксплуатации. Не ешьте, не пейте, не курите и не выполняйте упражнений в течение, по крайней мере, 30 минут перед измерением давления. Кроме этого, следует стараться измерять артериальное давление каждый день в одно и то же время. Рекомендуется проверять артериальное давление не реже двух раз в день, утром перед завтраком и вечером перед сном. Измерения следует выполнять сидя в расслабленном положении и в спокойной обстановке.

1. Расположите запястье с манжетой на уровне сердца и слегка поддерживайте левый локоть правой рукой. Не кладите правую руку на саму манжету.



2. Нажмите кнопку O/I START. Во время измерения сидите спокойно и неподвижно, не разговаривайте.

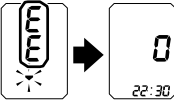


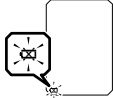


Примечания:

- Перед выполнением повторного измерения всегда следует подождать 2÷3 минуты. Вам может потребоваться более длительный интервал между измерениями в зависимости от индивидуальных физиологических особенностей.
- Прибор R3 Intellisense следует использовать только для измерения своего собственного артериального давления, поскольку результаты измерений сохраняются в памяти.
- Перед началом измерения всегда закрепляйте манжету вокруг запястья.
- Всегда измеряйте артериальное давление на одном и том же запястье.

5. Устранение ошибок и неисправностей

5.1 Сообщения об ошибках

Условное обозначение ошибки	Причина	Устранение
	<p>Манжета чрезмерно надута.</p>	<p>Повторите измерение. Не двигайтесь во время измерения. (Обратитесь к разделу 3.3.)</p>
	<p>Движение во время измерения. Манжета ненадежно закреплена на запястье.</p>	
	<p>Символ E с кодом/ номером означает, что в приборе произошел отказ аппаратуры.</p>	<p>Внимательно прочтите и повторите шаги, описанные в раздел 3.1.</p> <p>Свяжитесь с представителем OMRON или дистрибьютором.</p>
 <p>Мигает или постоянно изображен на экране</p>	<p>Низкий заряд батарей.</p>	<p>Замените батареи на новые щелочные типа «AAA» (LR03).</p>

5.2 Поиск и устранение неисправностей

Признак	Причина	Устранение
Значение измерения слишком низкое (или высокое).	Держите ли вы манжету на уровне сердца?	Сделайте измерение в правильном положении. (Обратитесь к разделу 3.2.)
	Хорошо ли манжета облегает запястье?	Застегните манжету правильно. (Обратитесь к разделу 3.1.)
	Не напряжены ли ваши руки и плечи?	Расслабьтесь и попробуйте повторить измерение. (Обратитесь к разделу 3.3.)
	Движение или разговор во время измерения.	Оставайтесь неподвижным и не разговаривайте во время измерения. (Обратитесь к разделу 3.3.)
Не растет давление в манжете на запястье.	Утечка воздуха из манжеты на запястье.	Свяжитесь с представителем OMRON или дистрибьютором.
Манжета на запястье сдувается слишком быстро.	Манжета на запястье сидит слишком свободно.	Правильно застегните манжету, чтобы она хорошо облегла запястье. (Обратитесь к разделу 3.1.)

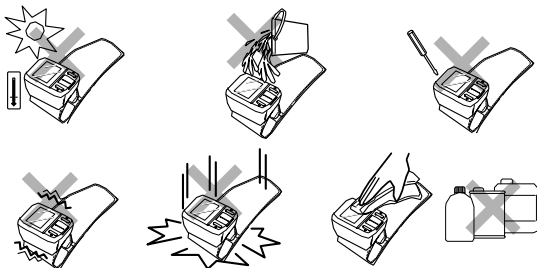
5. Устранение ошибок и неисправностей

Признак	Причина	Устранение
<p>Артериальное давление каждый раз разное. Значение измерения слишком низкое (или высокое).</p>		<p>Показатели артериального давления изменяются в зависимости от времени измерения и состояния нервной системы. Сделайте несколько глубоких вдохов, чтобы успокоиться перед началом измерения.</p>
<p>Прибор выключается во время измерения.</p>	<p>Батареи разряжены.</p>	<p>Замените батареи новыми.</p>
<p>При нажатии на кнопки ничего не происходит.</p>	<p>Батареи разряжены.</p>	<p>Замените батареи новыми.</p>
	<p>Неправильно вставлены батареи.</p>	<p>Вставьте батареи, соблюдая правильную (+/-) полярность.</p>
<p>Другие неисправности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Нажмите кнопку O/I START и повторите измерение. • Если проблема не исчезает, попробуйте заменить батареи на новые. <p>Если это не разрешило проблему, свяжитесь с представителем OMRON или дистрибьютором.</p>	

6. Обслуживание и хранение

Для предотвращения повреждений прибора, пожалуйста, не допускайте:

- Воздействия на прибор чрезмерно высокой или низкой температуры, влажности и прямого солнечного света.
- Стирки манжеты или воздействия воды на прибор.
- Разборки прибора.
- Воздействия на прибор сильных ударов или вибраций. Падения прибора.
- Чистки прибора с помощью растворителей. ПРИБОР СЛЕДУЕТ ЧИСТИТЬ МЯГКОЙ СУХОЙ ТКАНЬЮ.



Для чистки манжеты используйте мягкую влажную ткань и мыло.

Когда прибор не используется, храните его в футляре.

Сложите манжету и положите прибор в футляр.

Прибор нельзя хранить в следующих условиях:

- Если прибор намок.
- Место хранения подвержено воздействию чрезмерной температуры, влажности, прямого солнечного света, пыли или едких испарений.
- Место хранения подвержено действию вибраций, ударов, или прибор будет находиться там на наклонной плоскости (во избежание падения прибора).
- Место хранения подвержено действию химических веществ или едких паров.

Проверка и обслуживание

- Данный прибор для измерения артериального давления предназначен для длительной эксплуатации и его точность была тщательно проверена.
- Для обеспечения правильной работы и точности прибора рекомендуется проверять прибор каждые два года. Пожалуйста, свяжитесь с полномочным представителем OMRON или с Центром обслуживания покупателей OMRON по адресу, указанному на упаковке, или в приложенной документации.
- Если требуется заменить манжету на запястье, это должен сделать авторизованный специалист. Свяжитесь с полномочным представителем OMRON или Центром обслуживания покупателей OMRON.
- Не выполняйте ремонт самостоятельно. Если обнаружен дефект, или у вас есть сомнения относительно правильности работы прибора, свяжитесь с полномочным представителем OMRON или Центром обслуживания покупателей OMRON.

7. Технические характеристики

Назначение прибора	Прибор для измерения артериального давления на запястье
Модель	OMRON R3 Intellisense (HEM-6021-E)
Экран	Цифровой ЖК дисплей
Способ измерения	Осциллометрический
Диапазон измерений	Давления воздуха в компрессионной манжете: от 0 до 299 мм рт. ст. Частоты пульса: от 40 до 180 ударов/мин
Память	42 измерения с датой и временем
Пределы допускаемой погрешности прибора при измерении	Давления воздуха в компрессионной манжете: ± 3 мм рт. ст. Частоты пульса: $\pm 5\%$ от измеренного значения
Компрессия	Автоматическая с помощью компрессора
Декомпрессия	Автоматическая скоростная
давления	Емкостной датчик давления
Источник питания	Две щелочные батареи 1,5 В «AAA» (LR03)
Срок службы батарей	Приблизительно 300 измерений при использовании щелочных батарей при комнатной температуре 23°C
Условия эксплуатации:	- температура окружающего воздуха от +10°C до +40°C - относительная влажность от 30% до 85%
Условия хранения:	- температура окружающего воздуха от -20°C до +60°C - относительная влажность от 10% до 95%
Масса электронного блока	(без элементов питания) Не более 120г
Габаритные размеры электронного блока	72 мм (Ш) x 56 мм (В) x 44 мм (Д) (без манжеты на запястье)
Допустимая длина окружности запястья	Приблизительно от 13,5 до 21,5 см
Комплект поставки	Электронный блок с манжетой, футляр, две щелочных батареи «AAA» (LR03), руководство по эксплуатации, гарантийный талон, журнал для записи артериального давления
Примечание:	Технические характеристики могут быть изменены без предварительного уведомления.

7. Технические характеристики

- Утилизация данного изделия и использованных батарей должна осуществляться в соответствии с государственными правилами по утилизации электронных изделий.



Тип Б

CE 0197

Этот прибор удовлетворяет требованиям директивы Европейского Сообщества 93/42/ЕЕС (директива по медицинским приборам). Этот прибор для измерения артериального давления спроектирован в соответствии с европейским стандартом EN1060, Неинвазивные сфигмоманометры, Часть 1: Общие требования и Часть 3: Дополнительные требования для электромеханических систем измерения артериального давления.

⚠ Внимание: пожалуйста, внимательно прочитайте это руководство по эксплуатации перед использованием прибора.

Филиал	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Opal Drive Fox Milne, Milton Keynes MK 15 0DG, Великобритания
Филиал	OMRON Medizintechnik Handelsgesellschaft m.b.H. Windeckstraße 81a D-68163 Mannheim, Германия www.omron-medizintechnik.de
Филиал	OMRON SANTÉ FRANCE 14, rue de Lisbonne, F-93561 Rosny-sous-Bois Cedex, Франция
Производитель	OMRON HEALTHCARE CO., LTD. 24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto, 615-0084 Япония
Представитель в ЕС	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Kruisweg 577 2132NA Hoofddorp Нидерланды www.omron-healthcare.com



8. Некоторая полезная информация об артериальном давлении

Что такое артериальное давление?

Артериальное давление является мерой силы, с которой поток крови давит на стенки артерий. Артериальное давление постоянно меняется в цикле сокращения сердца.

Самое высокое давление на протяжении сердечного цикла называется *систолическим артериальным давлением*; самое низкое - *диастолическим артериальным давлением*.

Оба показателя давления, *систолическое* и *диастолическое*, необходимы врачу для оценки состояния артериального давления пациента.

Почему хорошо иметь возможность измерять артериальное давление дома?

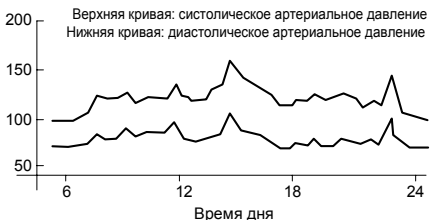
При измерении артериального давления врачом у вас может возникнуть беспокойство, что само по себе может быть причиной высокого артериального давления. Поскольку на артериальное давление влияет целый ряд условий, одного измерения может быть недостаточно для постановки точного диагноза.

На артериальное давление могут влиять многие факторы, такие, как физическая активность, беспокойство или время суток.

Поэтому для получения точных данных о любых изменениях артериального давления лучше всего постараться измерять артериальное давление в одно и то же время каждый день.

Обычно утром артериальное давление ниже, а во второй половине дня оно повышается. Давление ниже летом и выше зимой.

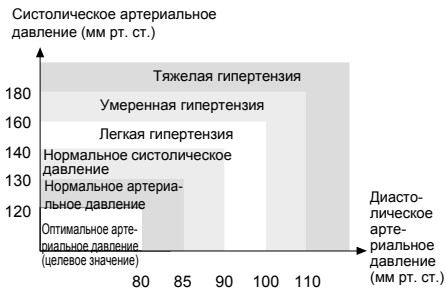
Артериальное давление измеряется в миллиметрах ртутного столба (мм рт. ст.). Показатель систолического давления записывается перед диастолическим. Например, артериальное давление, записанное как 135/85 означает 135 мм рт. ст. на 85 мм рт. ст.



Пример: колебания в течение дня (мужчина 35 лет)

Классификации артериального давления Всемирной организации здравоохранения

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) и Международное общество гипертонии разработали классификацию артериального давления, показанную на этом рисунке.



Эта классификация основывается на измерениях артериального давления в поликлинических отделениях больниц у людей в положении сидя.

* Общепринятого определения гипотонии не существует. Однако, те люди, у которых систолическое давление ниже 100 мм рт. ст., считаются гипотониками.