

Varnostna opozorila pred merjenjem

- Pol ure pred merjenjem se izogibajte uživanju hrane, kajanju ter intenzivni telesni aktivnosti.
- Med merjenjem sedite pri miru. Poskrbite, da se manšeta nahaja v višini srca. Če bo manšeta višje ali nižje od srca, meritev morda ne bo natančna.
- Če vam je sedeti na miru neudobno, lahko krvni tlak izmerite tudi v ležečem položaju. Ležite na hrbet, sproščeno držite roko naravnost, dlan naj bo obrnjena navzgor. Zagotovite, da se manšeta nahaja v višini srca.
- Med merjenjem ne govorite. Ne premikajte telesa in rok.
- Poskrbite, da se boste med meritvijo počutili udobno ter da boste povsem umirjeni in tihi.
- V kolikor želite meritev krvnega tlaka opraviti dvakrat zapored, naj med meritvama pretečejo vsaj tri minute, da se lahko ponovno vzpostavi normalen krvni obtok na mestu meritve.
- Velikost manšete za merjenje krvnega tlaka je primerna za namestitev na roko odraslega človeka.

Namestitev manšete

- Vstavite konec manšete skozi metalni obroč.
- Manšeto namestite 1-2 cm nad komolec.
- Manšeto na kateri je pritrjena glava stetoskopa, namestite tako, da je glava stetoskopa na notranji strani komolca.
- Dlan naj bo obrnjena navzgor, roka pa nameščena vzporedno gumijasti cevi.
- Merite vedno ob istem času, na isti roki.
- Merite vedno na golo kožo, še posebej v primeru slabotnega srčnega utripa.
- Konec manšete obrnite navzven in jo zategnite tako, da jo potegnete skozi metalni obroč. Pritrdite jo s pritiskom na ostalo površino manšete.
- Za bolj čvrsto pritrditev manšete, si pomagajte z drugo roko.
- Manšeta naj ne bo premalo ali preveč zategnjena. Pustite za prst prostega prostora.
- Če imate tanko roko, med navijanjem manšete rahlo dvignite sklep komolca.

Meritev

- S konicami prstov zaznajte pulz na arteriji, s tem se prepričate, da je glava stetoskopa na pravem mestu.
- Cevki, ki vodita do ušes, sta upognjeni pod kotom 15 stopinj, zaradi česar se lepo prilegata anatomiji ušesa.
- Pri nameščanju pazite, da sta ušesna nastavka obrnjena rahlo naprej v smeri nosa.
- Manometer držite v levi roki ali ga pripnite na manšeto (všitek, ki je temu namenjen).
- Zaprite dotok zraka na pumpici, tako da zavrtite ventil navzgor.
- Inflatirajte tako, da konstantno stiskate pumpico z desno roko in pri tem opazujte manometer.
- Ko pulza ne slišite več, dvignite pritisk na manometru še za 30 mmHg.
- Počasi pričnite odpirati ventil tako, da zavrtite ventil navzdol. Pritisk naj pada od 2 mmHg do 4 mmHg z vsakim utripom srca.
- Diflatiranje je zelo pomembno za natančno očitavanje rezultata.

Sistolični / zgornji tlak

- Ko odprete ventil, pozorno poslušajte zvok prvega srčnega utripa.
- V trenutku, ko zaslišite srčni utrip odčitajte zgornji/sistolični tlak na manometru.

Diastolični / spodnji tlak

- Pustite, da pritisk pada z hitrostjo od 2 mmHg do 4 mmHg na sekundo.
- Pozorno poslušajte s stetoskopom.
- V trenutku, ko ne slišite več zvoka srčnega utripa odčitajte diastolični/spodnji tlak.

Vzdrževanje in shranjevanje aparata

- Za čiščenje osrednje enote aparata uporabite rahlo navlažen kos bombažne tkanine. Za čiščenje ne uporabljajte alkohola, topil ali drugih hlapljivih sredstev.
- Aparata ne shranjujte na mestih, kjer bi lahko bil izpostavljen visoki temperature, neposrednim sončnim žarkom, vlagi, umazaniji, prahu ali tresljam. Ne poskušajte razstaviti ali kako drugače posegati v aparat.
- Shranjujte ga na takšno mesto, kjer ni nevarnosti, da bi padel na tla ter se poškodoval.
- Pri normalni uporabi je priporočeno umeriti aparat na vsaki 2 leti. Aparat je potrebno umeriti tudi po popravilu.
- Bodite pozorni, da kadar je manšeta prazna je pero vedno na ničli.
- Preden napravo ponovno shranite, morate manšeto diflatirati.
- Aparat shranjujte izven dosega otrok.