

Zásady pre domáce meranie krvného tlaku

Pravidelné meranie – Európska spoločnosť pre hypertenziu odporúča pravidelné meranie krvného tlaku klinicky overenými tlakomermi.

Veľkosť manžety – Vyberte si tlakomer so správnou veľkosťou manžety, alebo si zvolte tlakomer s univerzálnou manžetou pre normálnu a silnú pažu.

Uvoľnite sa – Aby boli namerané hodnoty krvného tlaku spoľahlivé, najmenej 30 minút pred meraním nejedzte, nefajčíte, nepite kávu a necvičte. Meranie vykonávajte v sede po 10-minútovom ukladnutí.

Upevnenie manžety – Manžetu upevnite na svoju pažu suchým zipsom cca 1–2 cm nad lakťový ohyb tak, aby medzi manžetou a pažou bol priestor maximálne na jeden prst.

Umiestnenie manžety – predlaktie majte voľne opreté o stôl tak, aby manžeta bola na úrovni srdca. Odstráňte z paže všetok tesne priliehajúci odev. Hadička smeruje k lakťovej jamke.

Meranie – V priebehu merania pažu mierne pokrčte v lakti a nezdvíhajte ju, nerozprávajte sa a pažou nehýbte. Obe dolné končatiny opierajte o zem. Nestláčajte si brucho (nezvyšujte vnútrob brušný tlak). Meria sa vždy na tej istej paži, na ktorej bol pri vstupnom vyšetrení odmeraný vyšší tlak krvi.

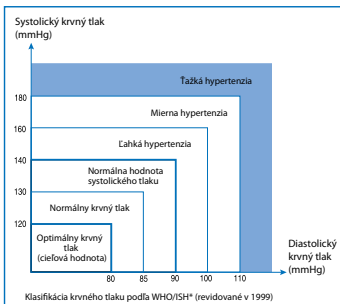
Opakované meranie – Krvný tlak meriame 3 krát a smerodatný je priemer z 2. a 3. merania. Medzi meraniami počkajte vždy najmenej 2–3 minúty.

Namerané hodnoty – Namerané hodnoty si zaznamenávajú a sledujte ich dlhodobý trend. Neznepokojte sa jednou nadmerne nižšou alebo nadmerne vyššou nameranou hodnotou tlaku krvi.

Dávkovanie liekov – Nikdy si sami nemeňte dávkovanie liekov na základe nameraných hodnôt bez konzultácie s lekárom!

Ako často a koľkokrát merať – Európska spoločnosť pre hypertenziu odporúča spočiatku 7-denné meranie, dvakrát ráno a dvakrát večer, pričom výsledky prvého dňa nebrať ako smerodatné. Po dlhšej dobe sú odporúčané jedno až dve merania v priebehu týždňa (nie je presne stanovené).

Spracované podľa Odporúčaní diagnostických postupov pri arteriálnej hypertenzii Českej spoločnosti pre hypertenziu



Prevenia a liečba sú základom

Zmena stravovacích návykov, zníženie váhy, skončenie s fajčením alebo pravidelné cvičenie Vám môžu pomôcť. Akákoľvek ďalšia liečba vysokého krvného tlaku je samozrejme záležitosťou Vášho lekára.



OMRON s prevratnou technológiou o krok pred ostatnými

INTELLISENSE – jedinečný systém inteligentného nafukovania manžety prináša tieto výhody:

• Presnosť na prvom mieste

INTELLISENSE vykonáva dve merania krvného tlaku v priebehu jedného meracieho cyklu. Prvé meranie pri nafukovaní manžety, druhé pri vyfukovaní. Vďaka tejto metóde dvojitého merania sú výsledky vždy presné a spoľahlivé.

• Extra rýchle a príjemné meranie

Pretože INTELLISENSE meria už pri nafukovaní, nafúkne manžetu presne toľko, koľko je pre správne vyhodnotenie treba. Doba merania je podstatne skrátená. Paža nie je zbytočne dlho a bolestivo stláčaná.

• Jednoduchá obsluha

INTELLISENSE si sám volí optimálne nafúknutie manžety. Na ovládanie stačí iba jedno tlačidlo.

• Štyri druhy manžiet

Iba INTELLISENSE umožňuje používanie detskej CS, normálnej CM, veľkej CL a univerzálnej CC manžety podľa typu tlakomeru.

• Odolnosť voči arytmiám

Technológia INTELLISENSE je vhodná aj pre osoby s určitými typmi arytmií srdca (poruchy rytmu). Arytmie sú zachytené a zobrazené na displeji.



OMRON

Merače krvného tlaku • Teplomery • Inhalátory • Merače telesného tuku
TENS masáže prístroje • Krokomery • Sonické zubné kefy • EKG

V predaji v zdravotníckych potrebách a lekárnach

Len tu Vám zaškolený personál pomôže s výberom pre Vás vhodného, presného a klinicky overeného tlakomeru. Ide o Vaše zdravie.

Obchodné zastúpenie a servis pre SR:
CELIMED s. r. o., Bratislava, www.celimed.sk
Viac o krvnom tlaku na: <http://www.krvnytlak.sk>

Verzia 11/03



OMRON

Merače krvného tlaku pre domáce a lekárske použitie



Prečo je dôležité, aby ste si merali svoj krvný tlak doma

Viacere štúdie preukázali, že meranie tlaku krvi iba v ordinácii lekára nie je dostatočné a neodráža hodnoty dosiahnuté v priebehu celého dňa. Mnohým pacientom boli v ordinácii lekára namerané vysoké hodnoty krvného tlaku, zatiaľ čo ich hodnoty namerané doma boli nižšie (tzv. syndróm bieleho pláštá). Je ale dokázané, že približne 8 % pacientov má v ordinácii lekára normálny krvný tlak, ale ich hodnoty namerané doma sú podstatne vyššie, a tak pre nich predstavujú aj vyššie riziko ochorenia.



Prečo je dôležité merať krvný tlak ráno

Počas dňa sa krvný tlak mení. V čase ranného prebúdzania je jeho vzostup zvlášť prudký (ranné vstávanie). Štúdie preukázali, že tento ranný vzostup je v priamej súvislosti s počtom infarktov a náhlych mozgových príhod – dvomi hlavnými nebezpečenstvami, ktoré vyplývajú z vysokého krvného tlaku. Tento fakt je tiež dôvodom pre 3 merania v priebehu dňa, ráno krátko po zobudení, na obed a večer.

93,5 % lekárníkov odporúča tlakomery OMRON



Projekt „Lekárnici odporúčajú“ vznikol koncom roku 2009 v spoločnosti Edukafarm. Ide o prieskum názorov odborníkov lekární na voľne predajné prípravky. V rámci tohto projektu sa odborníci lekární vyjadrili, ku ktorým voľne predajným prípravkom v jednotlivých kategóriách / oblastiach použitia majú na základe svojich skúseností a ohlasov u pacientov najväčšiu dôveru. Spomedzi meračov krvného tlaku získala značka OMRON 93,5 % (% lekárníkov, ktorí daný prípravok radia medzi najčastejšie odporúčané).









Slovenská nadácia srdca odporúča pravidelné meranie krvného tlaku.








Vnímajte svoje zdravie

www.krvnytlak.sk

Ikony funkcií a vlastností tlakomerov Omron

	Dual sensor – dva senzory – dva nezávislé meracie senzory zabezpečujú najvyššiu presnosť. Podsvietený indikátor signalizuje bezchybnú funkciu systému dvojitej kontroly a pripravenosti k presnému meraniu. Ak je zistená chyba, indikátor bliká.
	Odolnosť proti arytmiám umožňuje meranie osôb s niektorými typmi arytmií. Čím nižšie číslo (počet pulzov), tým lepšie.
	Manžeta dodávaná s prístrojom (vyznačené červenou). Voliteľnú manžetu je možné dokúpiť (vyznačené modrou). Iná kombinácia než je uvedená nie je možná! CS – detská manžeta 17–22 cm* CM – štandardná manžeta 22–32 cm* CL – manžeta pre silnú pažu 32–42 cm* CC – univerzálna manžeta 22–42 cm* (*obvod paže)
	Automatický senzor (navigátor) správnej polohy pri meraní – akusticky aj vizuálne upozorňuje na správnu polohu pri meraní a odstraňuje najčastejšiu chybu pri meraní zápisnými tlakomerami.
	Dátum a čas. Počet nameraných hodnôt uložených v pamäti.
	Sietový zdroj Omron sa dá dokúpiť ako príslušenstvo. Dôležité: Tlakomery OMRON prevádzkujte iba s originálnym sieťovým zdrojom. Iba tak je zaručená presnosť merania a ochrana osôb pred úrazom elektrickým prúdom.

Ikony zobrazujúce sa na displeji

	Kontrola správneho nasadenia manžety – správne nasadenie manžety bude počas nafukovania potvrdené symbolom OK.
	Zachytenie a indikácia arytmií (nepravidelného pulzu) – zobrazené sú iba spoľahlivé hodnoty tlaku krvi.
	Vyhodnotenie prekročenej hranice vysokého tlaku pre domáce meranie podľa kritérií WHO (hodnoty nad 135/85 mmHg).
	Výpočet priemernej hodnoty systolického a diastolického tlaku – pre objektivnejšie výsledky (napr. pri kolísavom krvnom tlaku).
	Upozornenie na nevhodný pohyb pri meraní – pre presné hodnoty tlaku a pulzu.

Japonské klinicky overené tlakomery OMRON – jednotka na domácom i svet ovom trhu. Viac než 100 miliónov predaných tlakomerov!

Intelli sense



OMRON M6 Comfort

Jedna manžeta pre normálnu aj silnú pažu

BHS A/A najlepšie hodnotenie presnosti

Tlakomer na pažu s bohatou výbavou pre ľahké používanie. Teraz s dvomi meracími senzormi pre najvyššiu presnosť a s kontrolou správneho nasadenia manžety.



* Záruka 5 rokov sa vzťahuje na prístroj



Intelli sense



OMRON i-C10

Jedna manžeta pre normálnu aj silnú pažu

Tlakomer na pažu s praktickou schránkou na manžetu – všetko pohromade. Klinicky overené výsledky aj u ľudí s nadváhou a obezitou. Oddelená pamäť pre dvoch užívateľov. Automatické meranie 3x za sebou.



OMRON M1Compact

Základný poloautomatický model s ručným nafukovaním manžety.



Intelli sense



OMRON M6

BHS A/A najlepšie hodnotenie presnosti

Tlakomer na pažu s bohatou výbavou pre ľahké používanie. Teraz s dvomi meracími senzormi pre najvyššiu presnosť a s kontrolou správneho nasadenia manžety.

V ponuke aj výhodné balenie so sieťovým zdrojom.



* Záruka 5 rokov sa vzťahuje na prístroj



Intelli sense



OMRON M10-IT

Jedna manžeta pre normálnu aj silnú pažu

Tlakomer na pažu pre náročných s možnosťou odhalenia zvýšeného kardiovaskulárneho rizika (rannej hypertenzie) a USB pripojením k PC + SW. Automatické meranie 3x za sebou.



Intelli sense



OMRON R6

Tlakomer na zápästie s veľkým displejom a grafickým ukazovateľom hodnoty TK. Polohový senzor pre spoľahlivé meranie.



Intelli sense



OMRON M3

Základný model tlakomeru na pažu za výhodnú cenu s Intellisense.

Kontrola správneho nasadenia manžety.



Intelli sense



OMRON MIT Elite

Elegantný tlakomer na pažu s vysoko kontrastným displejom. Nielen na cesty. Vhodný aj pre tehotné ženy (preeklampsia) – klinicky overené.

MIT Elite PLUS

Elegantný tlakomer na pažu s vysoko kontrastným podsvieteným displejom. Nielen na cesty. USB pripojenie k PC + SW. Vhodný aj pre tehotné ženy (preeklampsia) – klinicky overené.



Intelli sense



OMRON R3

Základný model tlakomeru na zápästie s Intellisense a grafickým ukazovateľom hodnoty TK.

