

هولتر فشار خون

هولتر فشارخون به روشی گفته می شود که فشارخون فرد، توسط دستگاه در طول یک شبانه روز کامل اندازه گیری می شود. این وسیله شامل دستگاه اندازه گیری فشار، بازوبند اندازه گیری فشار یا همان کاف، یک لوله و کیف نگهدارنده است. در انواع جدیدتر این دستگاه، لوله پلاستیکی بلند حذف شده و دستگاه اندازه گیری فشار نیز کوچک تر شده و روی کاف سوار شده است و عملاً همراه بودن دستگاه را بسیار آسان تر کرده است.

منظور از فشار خون بالا، فشار خون سیستولیک (بالا) ۱۴۰ یا بالاتر و فشار خون دیاستولیک (پایین) ۹۰ یا بالاتر می باشد.



چه زمانی هولتر فشارخون توصیه می شود؟

- الف) فشارخون روپوش سفید (بیمارانی که فقط در موقعیتهای خاص مثلادر مطب یا... فشارشان بالا است و در بقیه موارد فشار بالا ندارند)
- ب) بررسی نوسانات فشار خون در طول 24 ساعت
- پ) تشخیص افزایش فشارخون در شب
- ت) بررسی نوسانات فشار خون در حین انجام کارهای روزانه
- ث) بررسی تاثیر داروها در طول 24 ساعت
- ج) بررسی فشار خون مقاوم به دارو
- چ) تصمیم در مورد شروع دارو و در صورتی که فشار خون بیمار لب مرزی باشد.
- ح) بررسی فشارخون در حین حاملگی (در برخی موارد)
- خ) بررسی فشار خون ماسکه (افزادگی که علیرغم فشار بالا، بدلا یلی در مطب فشارخونشان نرمال می شود)
- د) در مواردی که فشارخون نوسانات زیادی دارد و قابل کنترل نمی باشد.

هولتر فشارخون می تواند کمک شایان توجهی به تشخیص و درمان صحیح بیماران بنماید.

برای اکثر افراد، فشارخون سیستولیک در طول خواب حدود ۱۰ تا ۲۰ درصد کاهش می یابد. با این حال، در برخی افراد

ممکن است فشارخون در طول خواب کاهش نیافته و حتی ممکن است افزایش یابد.

هولتر فشار خون می تواند نوسانات غیر طبیعی فشارخون را تشخیص دهد زمانیکه فشارخون فقط در مطب پزشک بررسی می شود و تشخیص داده نمی شود. این یک روش بسیار مفید برای تشخیص فشارخون روپوش سفید، فشار خون masked و فشار خون پایدار است

فشارخون روپوش سفید (white coat hypertension):

فشارخون روپوش سفید می تواند منجر به تشخیص اشتباه در بیماران با فشار خون نرمال شود. فشارخون روپوش سفید در ۱۵-۳۰٪ بیماران با فشارخون بالا مشاهده شده است. هنگامی که نظارت متحرک نتایج را در محدوده طبیعی خارج از مطب پزشک نشان می دهد، بیماران معمولاً نیازی به مصرف داروهای ضد فشار خون ندارند.

فشار خون masked:

این وضعیت زمانی اتفاق می افتد که فشارخون بیمار در مطب پزشک طبیعی است، اما زمانی که بیمار در خانه است

افزایش می یابد که در ۲۰٪ افرادی که برای فشارخون بالا درمان می شوند، دیده می شود.

پرفشاری خون پایدار :

فشار خونی که هم در مطب پزشک و هم در خانه بالا است و با افزایش احتمال آسیب به قلب و کلیه ارتباط دارد.

روش کار هولتر فشارخون چگونه است؟

دستگاه با دمیدن هوا در بازوبند از طریق لوله پلاستیکی و خالی کردن کردن تدریجی آن، فشارخون را در فواصل معینی در طول روز و شب اندازه گیری می کند . معمولاً این کار برای ۲۴ ساعت و هر ۳۰ دقیقه در طول روز و هر ۶۰ دقیقه در طول شب انجام می شود و دستگاه همه اطلاعات را ثبت می کند.



خواندن فشارخون به طور مداوم در طول یک دوره ۲۴ ساعته انجام می شود. دستگاهی که در اندازه ی یک رادیو قابل حمل است به کمر بند یا بند متصل به بدن متصل می شود و

اطلاعات را در طول دوره ۲۴ ساعته جمع آوری می کند که بعداً به یک کامپیوتر منتقل می شود.

کاف فشارخون که به دستگاه متصل است بازو را می پوشاند. کاف ممکن است زیر لباس پوشیده شود بنابراین قابل مشاهده نباشد.

کاف در فواصل مشخصی در طول روز و شب باد می شود. ممکن است به شما گفته شود که یک دفترچه برای ثبت روزانه مقادیر داشته باشید که می تواند نشان دهنده ی تغییرات فشارخون در دوره های فعالیت یا استراحت باشد.

پس از ۲۴ ساعت می توانید دستگاه و کاف فشار خون را بیرون آورید و تجهیزات را به کلینیک پزشک تان بازگردانید . کامپیوتر یافته ها و نتایج را آنالیز می کند.

معايب نظارت ۲۴ ساعته فشار خون

هولتر فشار خون ممکن است موجب ناراحتی شود . فشار ناشی از باد کردن مکرر کاف می تواند موجب درد در ناحیه بازو شود. خواندن فشارخون در طول شب ممکن است موجب اختلال در خواب شود . کاف ممکن است پوست را تحریک کند و باعث خارش خفیف بر روی بازو شود که معمولاً خود به خود از بین می رود.

فواید استفاده از هولتر فشار خون

نظارت متحرک می تواند فشارخون روپوش سفید را رد کند، بنابراین برای بیماران نسخه های غیر ضروری داروهای کاهنده فشارخون تجویز نمی شود . همچنین می تواند فشارخون masked را تشخیص دهد، بنابراین برای بیماران داروهای کاهنده فشار خون تجویز می شود. شیوع سکتة مغزی، بیماری های قلبی و آسیب به ارگان ها به دلیل فشارخون بالا در میان این بیماران کاهش می یابد . ارزیابی پاسخ بیمار به داروهای ضد فشارخون در طولانی مدت هم انجام می شود.

منبع :

___ هولتر فشار خون چیست؟ - دکتر محمدحسین نجفی خرداد ۱۳۹۹، ۳۰

___ آشنایی با هولتر فشار خون - دکتر رضا گلچین وفا- فروردین ۱۳۹۷

--- ویرایش: دکتر نادر عسگری (فوق تخصص قلب - فلوشیپ EPS)

واحد آموزش سلامت بیمارستان امام علی (ع)