

Lapsen verenpaineen kotiseuranta ja ohjeet

LAPSEN NIMI: _____

HENKILÖTUNNUS: _____

Ennen mittausta

- Mittaus on suoritettava aina samalla tavalla, samasta kädestä ja samassa asennossa.
- Puoli tuntia ennen mittausta on vältettävä rasitusta, tupakkaa, kofeiinia ja energiajuomia.
- Riittävä (5–15 minuutin) lepo ennen mittausta.
- Mittaukset ennen verenpaineeseen vaikuttavan lääkkeen ottoa (esimerkiksi verenpainelääke, adhd-lääke)

Mittaus

- Mittaus suoritetaan tuolilla istuen, rennossa ja ryhdikkäässä asennossa, jalat vierekkäin ja maassa.
- Mansetti kiedotaan oikeaan olkavarteeseen niin, että sen keskikohta on kyynärtaipeen keskiviivassa ja mansetin alareuna on 2–3 cm kyynärtaipeen yläpuolella.
- Varmistetaan, että mansetti on kiedottu tiiviisti olkavarteeseen, alle ei saa jäädä vaatteita.
- Mittauksen aikana käsi pidetään rentona 90 asteen kulmassa.
- Mitattavan tulee olla puhumatta ja liikkumatta mittauksen aikana.
- Mittaukset suoritetaan 1-2 minuutin välein (=kaksoismittaus) aamulla 2–3 kertaa, (päivällä 2–3 kertaa) sekä illalla 2–3 kertaa.
- Mittauksia tehdään noin 7 päivää. Sovitaan yksilöllisesti.

Tilanne mittausta tehtäessä (kuvaile tarvittaessa)

- Jos mitattu poikkeavasti (esim. nukkuessa, makuullaan).
- Jos uusi lääke aloitettu (mikä lääke ja mikä annos) tai annosta muutettu.
- Jos mittaus on otettu poikkeavasti lääkkeenoton jälkeen. On esimerkiksi syöty salmiakkia edellisen viikon aikana.
- Muuta olennaista, esimerkiksi että on ollut sairaana.

Palauta täyttämäsi lomake Lastentautien poliklinikalle (palautuskuoressa):

Keski-Suomen Sairaala Nova, Lastentautien poliklinikka E3, Hoitajantie 3, 40620 Jyväskylä

Puh. (014) 269 1224 (arkisin klo 8–13)

