



## TENTSIO ARTERIALEKO HOLTER (MAPA)

---

### Zertan datza proba?

Proba hau ez da mingarria, baina gogaikarria izan daiteke.

### Nola prestatu behar naiz probarako?

Arropa erraza eta mahuka zabalak ekartzea komeni da. Ohiko botika guztiak hartu behar dituzu.

### Non egingo didate proba?

Hitzorduaren egunean, pediatriako kanpo-kontsultara joan beharko duzu (13. aretoa), TAko aparatua jartzeko.

### Nola egiten didate proba?

24 orduz, presio arteriala aldian-aldian erregistratuko duen gailua eramango du (20 minuturo egunez eta 60 minuturo gauez). Funtzionamendu egokia lortzeko, jarraitu jarraibide hauei:

1. TA. Probak irauten duen bitartean, komeni da bere ohiko bizitza egitea, baina ez du dutxatu behar, ez bainatu behar, ez eta TA hartzen duen bakoitzean besoa erlaxatzea ahalbidetzen ez dion lanik edo jarduerarik egin behar ere.
2. Egunez, burrunba batek mahukaren puztearen berri emango dio. Jarri besoa geldirik eta erlaxatuta, presio arteriala behar bezala irakurri ahal izateko. Irakurketak balio ez badu, mahukatxoa berriro puztuko da minutu baten buruan.
3. Begiratu mahukaren beheko ertzean dagoen gezia ukondoaren tolesturaren barruko aldean dagoela beti.
4. Gauean atsedena errazteko, bidelapurra atera eta monitorea burkoaren azpian edo beste edozein lekutan jar daiteke, kablea tiraka edo aparatutik erorita gera ez dadin.
5. Ahalik eta informazio gehien lortzeko, gorabeherak behar bezala idatzi behar dituzu atzealdean.

### Zer egin behar dut probaren ondoren?

Hurrengo egunean, joan KKKKen 13. kontsultara, beheko solairuan, aipatutako orduan, aparatua kentzeko. Emaitzak emateko zitazioa egingo zaio.

Zalantzarik izanez gero, 08: 00etatik 15: 00etara deitu dezakezu telefono honetara: 945.007515  
Luzap.:812139.



## GORABEHEREN ORRIA

---

IZENA \_\_\_\_\_ IKZ \_\_\_\_\_ DATA \_\_\_\_\_

Lehen neurria MAPA (konsultan): \_\_\_\_\_

Oheratzeko ordua: \_\_\_\_\_

Jaikitze ordua: \_\_\_\_\_

Tentsiorako medikamentuak hartzen dituzun orduak \_\_\_\_\_

Jarraian, idatzi zure tentsioan eta tentsioaren orduan eragina izan dezakeen edozein egoera. Idatzi gauean jaikitzen den eta zer ordutan. Gogoratu zure ohiko jarduera ahal duzun neurrian egin behar duzula.

ORDUAK	INZIDENTZIAK