CENTRUM MEDYCZNE

NORMY

DLA CIŚNIENIA TĘTNICZEGO KRWI ORAZ TĘTNA

CIŚNIENIE TĘTNICZE KRWI
NORMY I POMIARY

Ciśnienie krwi mierzy się w milimetrach słupa rtęci (mm Hg). Podczas pomiaru uzyskujemy dwie liczby, oznaczające ciśnienie skurczowe i rozkurczowe.

Na przykład: 140/90 mm Hg

Pierwsza liczba (zawsze większa) określa ciśnienie skurczowe.
Druga liczba (zawsze mniejsza) określa ciśnienie rozkurczowe.

INTERPRETACJA WYNIKU CIŚNIENIA KRWI	
120/80 mm Hg	ciśnienie optymalne
120-129/80-84 mm Hg	ciśnienie normalne
130-139/85-89 mm Hg	ciśnienie prawidłowe wysokie
140-159/90-99 mm Hg	nadciśnienie 1 stopnia
160-179/100-109 mm Hg	nadciśnienie 2 stopnia
180/110 mm Hg	nadciśnienie 3 stopnia

Jeżeli wartości ciśnienia tętniczego skurczowego i rozkurczowego należą do różnych kategorii, przyjmuje się wyższą kategorię.

PODSTAWOWE ZASADY PRAWIDŁOWEGO POMIARU CIŚNIENIA

- ✓ Pomiar ciśnienia tętniczego powinien odbywać się w warunkach spoczynkowych, tzn. po minimum 5-minutach odpoczynku, zawsze w pozycji siedzącej, w spokojnym miejscu.
- ✓ Nie należy mierzyć ciśnienia bezpośrednio po posiłku, czy wypaleniem papierosa, a pacjent nie powinien być zdenerwowany.
- ✓ Średnica mankietu powinna być odpowiednia do wielkości ramienia – u osób o grubym ramieniu należy stosować szersze mankiety bo zbyt wąski mankiet zawyża wartości ciśnienia tętniczego.
- ✓ Przy pierwszorazowym badaniu konieczny jest pomiar ciśnienia na obu ramionach, kolejne pomiary wykonujemy na tym ramieniu, na którym stwierdziliśmy wyższe ciśnienie. Jeśli nie stwierdzono różnicy ciśnień pomiędzy ramionami, pomiary należy wykonywać na ręce niedominującej (czyli u praworęcznych po stronie lewej).
- ✓ Pacjent w trakcie pomiaru powinien pozostawać w pozycji siedzącej, łokieć badanej kończyny powinien być podparty, a ramię znajdować się na wysokości serca.

TĘTNO
NORMY I POMIARY

Pomiar tętna:
Tętno można zmierzyć przez ucisk palcami odpowiednich miejsc np. tętnicy promieniowej (w okolicy nadgarstka, na linii kciuka) lub za pomocą zapisu EKG. Badanie powinno się odbyć w cichym i wygodnym pomieszczeniu, po co najmniej 5-minutowym odpoczynku w pozycji siedzącej. Pomiaru należy dokonywać przez 30 sekund (mnożąc uzyskany wynik razy 2) lun przez 15 mnożąc razy 4. Należy wykonać co najmniej 2 pomiary.

NORMY TĘTNA DLA DOROSŁYCH W SPOCZYNKU	
60-100 uderzeń/min	PRAWIDŁOWE
powyżej 100 uderzeń/min	TACHYKARDIA
poniżej 60 uderzeń/min	BRADYKARDIA

Wartości te są jednak interpretowane przez lekarza już z pełnymi danymi klinicznymi, danymi z wywiadu lekarskiego i interpretowane indywidualnie. Na przykład: u chorych z chorobą niedokrwienną serca częstotliwość rytmu powinna wynosić 55–60 uderzeń na minutę. Niskie tętno spoczynkowe występuje m.in. u osób wysportowanych- i jest to także norma.

Puls zależy także od wieku i normy tętna w spoczynku u dzieci są znacząco inne jak u dorosłych:

- ✓ **puls u noworodków**
  między 100–180 uderzeniami na minutę,
- ✓ **tętno u niemowląt** (dziecka do końca 1. roku życia)
  około 130 uderzeń na minutę,
- ✓ **puls u dzieci**
  między 70–110 uderzeniami na minutę,