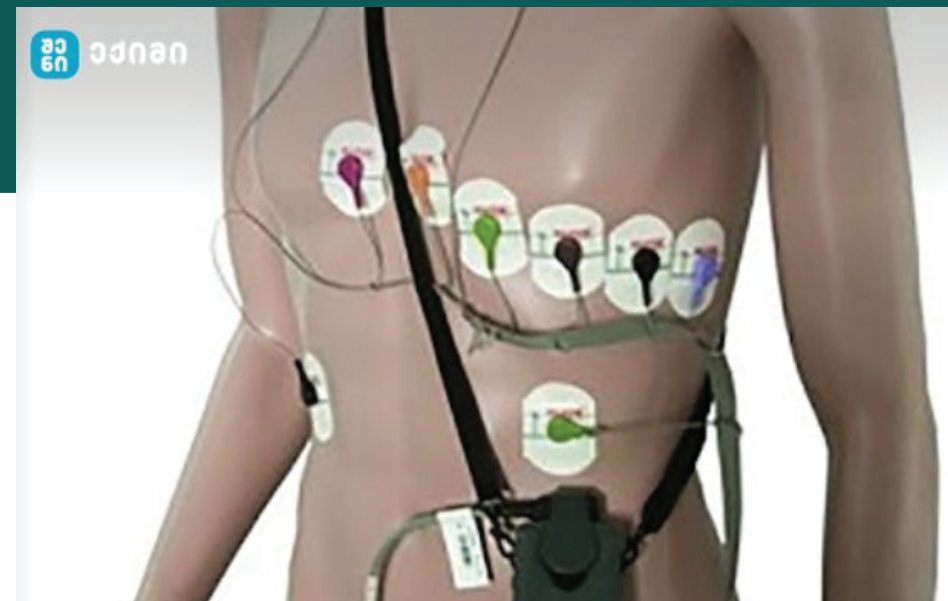




# შენი პაციენტი

## ჰოლტერის მონიტორინგი – ყველაფერი, რას უნდა იცოდეთ და რას წარმოადგენს

სანიფორმაციო ბუკლეტი



ამ ბროშურაში გთავაზობთ ინფორმაციას ჰოლტერის მონიტორინგის შესახებ. ეს მეთოდი ეხმარება გულის ელექტრული აქტივობის უწყვეტ ჩანაწერს 24-დან 48 საათამდე, რათა გამოვლინდეს არანორმალური გულის რითმები.

### პაციენტის ინფორმაცია: ჰოლტერის მონიტორინგი შესავალი

ეს ბროშურა გთავაზობთ ინფორმაციას ჰოლტერის მონიტორინგის შესახებ, განმარტავს რას მოიცავს, როგორ უნდა მომზადდეს და რას უნდა ველოდოთ შედეგებისგან. ჰოლტერის მონიტორინგი არის უწყვეტი, პორტატული მეთოდი თქვენი გულის ელექტრული აქტივობის ჩასაწერად 24-დან 48 საათამდე, გულის არანორმალური რითმის გამოსავლენად.

### 2. არანორმალური შედეგები:

0 თუ მონიტორი აღმოაჩენს გულის არანორმალურ რიტმს, როგორცაა წინაგულეების ფიბრილაცია, ნაადრევი გულისცემა ან ტაქიკარდია, თქვენი ექიმი აგისხნით დასკვნებს და განიხილავს მკურნალობის ვარიანტებს. არანორმალური შედეგები შეიძლება მიუთითებდეს, რომ თქვენ გაქვთ არარეგულარული გულის რიტმი ან რომ თქვენი მიმდინარე მედიკამენტი საჭიროებს კორექტირებას.

### 3. შემდეგი ნაბიჯები:

0 შედეგებიდან გამომდინარე, ექიმმა შეიძლება გირჩიოს შემდგომი ტესტები ან მკურნალობა, როგორცაა მედიკამენტების კორექტირება, ცხოვრების წესის შეცვლა ან უფრო მონინავე დიაგნოსტიკური ტესტები, როგორცაა ექოკარდიოგრაფია ან გულის MRI.

### • რისკები და მოსაზრებები

- რისკები: ჰოლტერის მონიტორინგი არის უსაფრთხო, არაინვაზიური ტესტი მნიშვნელოვანი რისკების გარეშე. თქვენ შეიძლება განიცადოთ კანის უმნიშვნელო გაღიზიანება ელექტროდების მოთავსებისას, მაგრამ ეს ჩვეულებრივ წყდება ელექტროდების ამოღების შემდეგ.
- ჩარევა: იშვიათ შემთხვევებში, შედეგებზე შეიძლება გავლენა იქონიოს სხვა მოწყობილობების ელექტრულმა ჩარევამ ან ელექტროდების არასწორმა მიმაგრებამ. დარწმუნდით, რომ დაიცავით ყველა ინსტრუქცია, რათა თავიდან აიცილოთ ეს პრობლემები.

### • როდის მივიღებ შედეგებს?

• თქვენი ექიმი, როგორც წესი, განიხილავს ჩანაწერებს ჰოლტერის მონიტორიდან მონიტორინგის პერიოდის დასრულების შემდეგ. ისინი დაგიკავშირდებიან, რათა განიხილონ შედეგები და შემდგომი ნაბიჯები, საჭიროების შემთხვევაში.

### • ბოლოს

• თუ თქვენ გაქვთ რაიმე შეშფოთება ან შეკითხვა ჰოლტერის მონიტორინგის პროცედურასთან ან თქვენს შედეგებთან დაკავშირებით, გთხოვთ, დაუკავშირდეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს.



მნიშვნელოვანი შენიშვნა: ამ მასალაში მოცემული ინფორმაცია არის საგანმანათლებლო მიზნებისთვის და არ ცვლის პროფესიულ სამედიცინო რჩევას.

პროფესორი გიორგი ფხაკაძე, საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ინსტიტუტი, საქართველოს პაციენტთა საბჭოს ინიციატივა. "ჰოლტერის მონიტორინგი". თბილისი: საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ინსტიტუტი, 2024. 4 p. (PHIG-003)

## რა არის ჰოლტერის მონიტორინგი?

• ჰოლტერის მონიტორი არის პატარა მონყობილობა, რომელიც განუწყვეტლივ იწერს თქვენი გულის ელექტრულ აქტივობას (ECG) 24-დან 48 საათის ან მეტი ხნის განმავლობაში. ეს ტესტი ხშირად ინიშნება, როდესაც თქვენს ექიმს სჭირდება უფრო დეტალური ინფორმაცია თქვენი გულის რიტმის შესახებ, ვიდრე სტანდარტული ეკგ იძლევა, განსაკუთრებით იმ შემთხვევაში, თუ თქვენ განიცდით სიმპტომებს, როგორცაა თავბრუსხვევა, პალპიტაცია ან სისუსტე, რომლებიც ხდება პერიოდულად.

• **მიზანი:** ჰოლტერის მონიტორინგი გვეხმარება გულის არარეგულარული რითმის (არითმიების) გამოვლენაში, გულის მედიკამენტების ეფექტურობის მონიტორინგში და იმის შეფასებას, თუ რამდენად კარგად მუშაობს თქვენი გული ნორმალური აქტივობის დროს.

## • როგორ მოვემზადოთ ეკგ-ს გრძელვადიანი მონიტორინგისთვის

1. ტანსაცმელი: ატარეთ თავისუფალი, კომფორტული ტანსაცმელი, კვლევის დანიშვნის დღეს. ჰოლტერის მონიტორი დამაგრდება თქვენს მკერდზე ელექტროდების გამოყენებით და თქვენ დაგჭირდებათ მისი მუდმივად ტარება მონიტორინგის პერიოდის განმავლობაში.

მნიშვნელოვანია ჩაიცვათ ისე, რომ მონიტორის დამალვა გაადვილდეს.

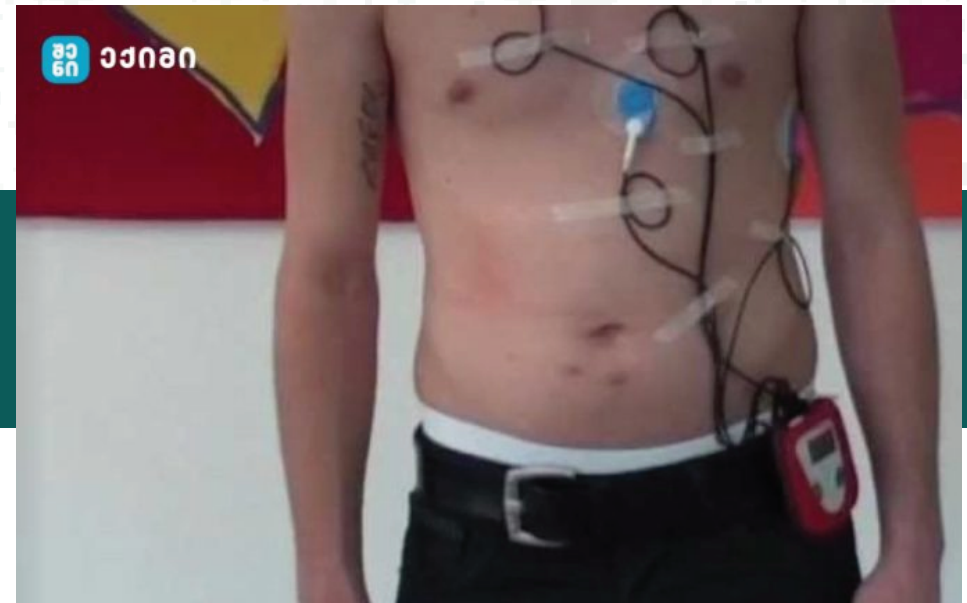
2. შხაპის მიღება და ბანაობა: ჰოლტერის მონიტორის ტარებისას არ შეგიძლიათ ბანაობა და შხაპის მიღება, რადგან მონყობილობა არ არის წყალგაუმტარი. მიიღეთ შხაპი ან იბანავით შეხვედრამდე, რათა უზრუნველყოთ კომფორტული ყოფნა მონიტორინგის პერიოდში.

3. მედიკამენტები: განაგრძეთ მედიკამენტების მიღება დანიშნულების მიხედვით, თუ ექიმი სხვაგვარად არ გირჩევს. აუცილებლად აცნობეთ ექიმს ნებისმიერი მედიკამენტის შესახებ, რომელსაც იღებთ, რადგან მათ შეუძლიათ გავლენა მოახდინონ თქვენი გულის აქტივობაზე.

4. აქტივობებისა და სიმპტომების დღიური: მონიტორინგის პერიოდში მოგეთხოვებათ დღიურის შენარჩუნება. ამ დღიურში თქვენ უნდა ჩანეროთ დრო და დეტალები იმ სიმპტომების შესახებ, რომლებსაც განიცდით (როგორცაა თავბრუსხვევა, გულმკერდის ტკივილი ან პალპიტაცია), ისევე როგორც თქვენი ყოველდღიური აქტივობები, მათ შორის ვარჯიში, სტრესი ან დასვენება.

## • რა ხდება ჰოლტერის მონიტორინგის დროს?

1. ელექტროდების განთავსება:



• ჯანდაცვის სპეციალისტი დაამაგრებს თქვენს მკერდზე პატარა, ნებოვან ელექტროდებს. ეს ელექტროდები დაკავშირებულია ჰოლტერის მონიტორთან, რომელიც აღრიცხავს თქვენი გულის ელექტრულ აქტივობას.

• მონიტორი საკმარისად პატარაა იმისათვის, რომ ჩაიცვათ ქამარზე ან მხრის თასმაზე, რაც საშუალებას გაძლევთ განახორციელოთ თქვენი ჩვეულებრივი ყოველდღიური აქტივობები მონიტორინგის დროს.

2. ხანგრძლივობა:

• მონიტორინგის პერიოდი ჩვეულებრივ გრძელდება 24-დან 48 საათამდე, მაგრამ ზოგიერთ შემთხვევაში ექიმმა შეიძლება გირჩიოთ უფრო ხანგრძლივი მონიტორინგი.

3. ყოველდღიური აქტივობები:

• შეგიძლიათ განაგრძოთ თქვენი ნორმალური აქტივობების უმეტესობა მონიტორის ტარების დროს, მაგრამ თავიდან უნდა აიცილოთ ისეთი აქტივობები, რომლებმაც შეიძლება გააფუჭონ ელექტროდები ან დააზიანოს მონიტორი, როგორცაა ენერგიული ვარჯიში ან წყლის ზემოქმედება.

## • ჰოლტერის მონიტორის შედეგების ინტერპრეტაცია

1. ნორმალური შედეგები:

• თუ ჰოლტერის მონიტორი აჩვენებს ნორმალურ გულის რიტმს მონიტორინგის მთელი პერიოდის განმავლობაში, თქვენი გული სავარაუდოდ კარგად ფუნქციონირებს და არ გამოვლენილა არითმიები.