**ΕΙΣΑΓΩΓΗ**

Οι παράμετροι που περιλαμβάνονται στην εκτίμηση των ζωτικών σημείων είναι η αρτηριακή πίεση, οι σφύξεις, οι αναπνοές και η θερμοκρασία του σώματος.

**1>ΜΕΤΡΗΣΗ ΑΡΤΗΡΙΑΚΗΣ ΠΙΕΣΗΣ ΣΤΗ ΒΡΑΧΙΟΝΙΟ ΑΡΤΗΡΙΑ**

**ΕΙΣΑΓΩΓΗ – ΟΡΙΣΜΟΙ**

Η **αρτηριακή πίεση** αναφέρεται στη δύναμη που ασκεί το αίμα στα τοιχώματα των αρτηριών.

Η **συστολική πίεση** είναι η υψηλότερη πίεση που ασκείται στα αρτηριακά τοιχώματα όταν οι κοιλίες συσπώνται στην αρχή της συστολής.

Η **διαστολική πίεση** είναι η χαμηλότερη πίεση που ασκείται στα αρτηριακά τοιχώματα κατά τη διαστολή.

Η διαφορά των δυο αυτών πιέσεων καλείται πίεση σφυγμού.

Η αρτηριακή πίεση μετράται σε χιλιοστά της στήλης υδραργύρου (mmHg) και καταγράφεται ως κλάσμα, με αριθμητή τη συστολική και παρονομαστή τη διαστολική πίεση.

**ΣΚΟΠΟΣ**

Η ακριβής μέτρηση της αρτηριακής πίεσης, χωρίς πρόκληση βλάβης του ασθενή.

**ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ**

Η αρτηριακή πίεση υπό μη επείγουσες συνθήκες, μετράται εφόσον ο ασθενής δεν είναι συναισθηματικά φορτισμένος, δεν πονάει, έχει ξεκουραστεί για 5 λεπτά τουλάχιστον (αν έχει προηγηθεί σωματική άσκηση), δεν έχει καταναλώσει καφεΐνη και δεν έχει καπνίσει για 30 λεπτά.

Συνήθως μετράται με τη χρήση στηθοσκοπίου και σφυγμομανομέτρου (υδραργυρικό πιεσόμετρο).

Μια διαφορά 5-10mmHg στη συστολική πίεση μεταξύ των δυο άνω άκρων, θεωρείται φυσιολογική. Χρησιμοποιείστε το άκρο με την υψηλότερη τιμή για τις μελλοντικές μετρήσεις.

Η ακρίβεια της μέτρησης εξαρτάται από παράγοντες όπως η χρήση περιχειρίδας κατάλληλου μεγέθους, η σωστή τοποθέτηση του άκρου και η ορθή ερμηνεία των ήχων του.

**ΥΛΙΚA**

* Στηθοσκόπιο
* Σφυγμομανόμετρο
* Περιχειρίδα κατάλληλου μεγέθους
* Τολύπιο με οινόπνευμα
* Χαρτί και μολύβι
* Γάντια απλά, εάν έρχεστε σε επαφή με βιολογικά υγρά του ασθενή.

**ΕΝΕΡΓΕΙΑ – ΑΙΤΙΟΛΟΓΗΣΗ**

1. Εφαρμόστε υγιεινή χεριών. Φορέστε γάντια εάν χρειάζεται.

Πρόληψη μετάδοσης μικροβίων.

2. Επιβεβαιώστε την ταυτότητα του ασθενή.

Πρόληψη λάθους.

3. Εξηγείστε τη διαδικασία στον ασθενή.

Εξασφάλιση συνεργασίας, μείωση άγχους ασθενή.

4. Εξασφαλίστε την ιδιωτικότητα του ασθενή. Βεβαιωθείτε ότι είναι ήρεμος για αρκετά λεπτά.

Δραστηριότητα αμέσως πριν από τη μέτρηση μπορεί να οδηγήσει σε ανακριβή αποτελέσματα.

5. Εφαρμόστε την περιχειρίδα στο κατάλληλο άκρο.

Η μέτρηση μπορεί να παρεμποδίσει παροδικά την κυκλοφορία του άκρου.

Μην τοποθετείτε την περιχειρίδα σε χέρι με ενδαγγειακό καθετήρα, τραύμα, γύψινο επίδεσμο, χειρουργείο στη σύστοιχη μασχάλη ή μαστό.

6. Τοποθετήστε τον ασθενή σε άνετη ύπτια ή καθιστή θέση με το αντιβράχιο να στηρίζεται προτεταμένο στο επίπεδο της καρδιάς.

Ακρίβεια στη μέτρηση.

7. Σηκώστε το μανίκι πάνω από τη θέση της περιχειρίδας. Βεβαιωθείτε ότι δεν είναι σφιχτό, διαφορετικά αφαιρέστε το.

Τα ενδύματα εμποδίζουν τη μέτρηση.

8. Ψηλαφήστε τη βραχιόνιο αρτηρία και τοποθετήστε το διάφραγμα του στηθοσκοπίου στο σημείο αυτό. Το διάφραγμα να μην καλύπτεται τελείως από την περιχειρίδα.

Ακρίβεια στη μέτρηση, ακρόαση των καρδιακών ήχων.

12. Ψηλαφίστε το σφυγμό στην κερκιδική αρτηρία.

Για τη μέτρηση της πλησιέστερης τιμής της συστολικής πίεσης.

13. Κλείστε τη βαλβίδα του πουάρ και φουσκώστε την περιχειρίδα, παρατηρώντας στο μετρητή το σημείο όπου εξαφανίζεται ο σφυγμός.

Έτσι έχουμε μια εκτίμηση της συστολικής πίεσης.

14. Ξεφουσκώστε την περιχειρίδα και περιμένετε για 30 - 60´´.

Επαναιμάτωση του άκρου.

15. Καταγράψτε ως συστολική πίεση το σημείο που ακούγεται ο πρώτος καθαρός ήχος, του οποίου η ένταση αυξάνεται σταδιακά.

16. Καταγράψτε ως διαστολική πίεση το σημείο όπου ο ήχος παύει να ακούγεται.

17. Αφήστε τον υπόλοιπο αέρα να διαφύγει γρήγορα και αφαιρέστε την περιχειρίδα από τον ασθενή.

Αν χρειαστεί επαναληπτική μέτρηση θα πρέπει να γίνεται μετά από 1-2 min.

18. Βγάλτε τα γάντια, εάν φοράτε και εφαρμόστε υγιεινή χεριών. Πρόληψη μετάδοσης μικροβίων.

19. Καθαρίστε με τολύπιο εμποτισμένο με οινόπνευμα το διάφραγμα του στηθοσκοπίου και το σφυγμομανόμετρο.

Πρόληψη διασποράς μικροβίων. Εξοπλισμός έτοιμος προς χρήση.

20. Καταγράψτε τη μέτρηση της αρτηριακής πίεσης στο Διάγραμμα Ζωτικών Σημείων του ασθενή.

Νοσηλευτική τεκμηρίωση.

21. Ενημερώστε τον ιατρό σε περίπτωση απόκλισης από τις φυσιολογικές τιμές.

Έγκαιρη παρέμβαση.