## Подготовка

## к суточному мониторированию артериального давления (СМАД)

Специальной подготовки не требуется.  Рекомендуется соблюдать несколько правил:

- Желательно надеть легкую удобную не стесняющую одежду (для проведения исследования необходимо будет освободить от одежды руку);

- Перед исследованием не курить, не употреблять алкоголь, наркотические или иные токсические вещества;

- Исследование проводится в условиях обычной двигательной активности;

- Прибор СМАД нельзя мочить, ударять, ронять, иначе он будет поврежден;

- При ношении прибора избегайте пользования бытовыми электрическими устройствами, которые могут повлиять на качество записи:

электрические одеяла, электробритвы и электрические зубные щетки, магниты, микроволновые печи и т.п.;

- При ношении прибора мобильные телефоны держите на расстоянии не менее 10-15 см от прибора, чтобы не повлиять на передачу сигнала;

Аппарат будет измерять артериальное давление в течение 16-24 часов: днем каждые 15 минут, ночью каждые 30 (60) минут.

Во время измерения давления, когда вы почувствуете, что нагнетается воздух в манжету, рука должна быть неподвижна и расслаблена. Если в этот момент вы идете, то, по возможности, остановитесь и дождитесь окончания измерения давления.