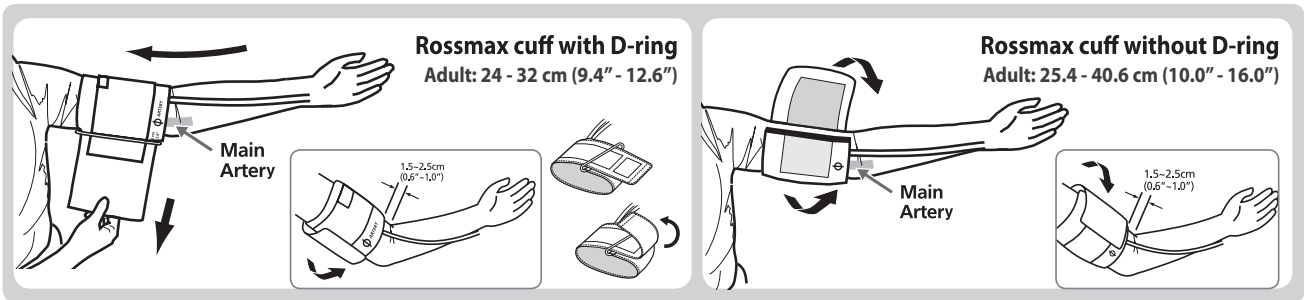


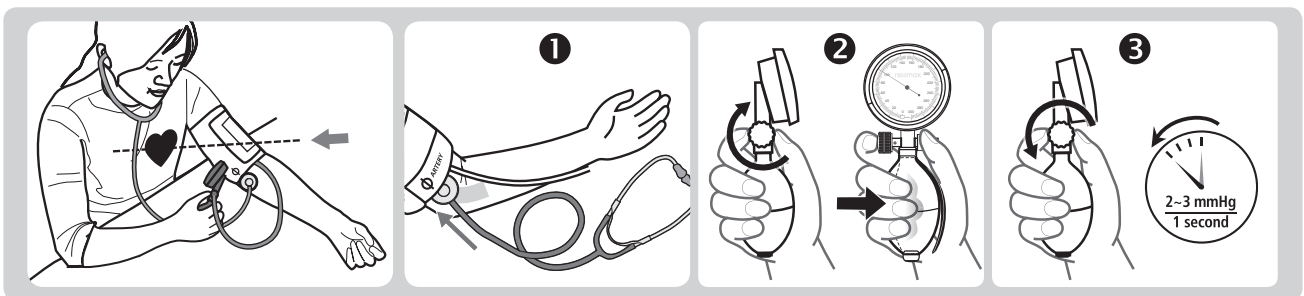
Rossmax Aneroid Sphygmomanometer GD101

Panduan Ringkas



Cara Mengguna Cuff

1. Letakkan pembalut atas lengan yang terdedah, balut dengan tiub yang menunjuk ke tapak tangan, dan posisikan tanda arteri (\emptyset) atas arteri utama (di bahagian dalam lengan anda).
2. Halakan tapak tangan kiri anda ke atas dan tempatkan tepi cuff lengan pada kira-kira 1.5-2.5 cm di atas bahagian dalam siku.
Cuff ini sesuai untuk kegunaan anda jika anak panah adalah di dalam lingkungan jalur warna seperti yang ditunjukkan. Jika anak panah menunjuk di luar jalur warna, anda memerlukan cuff dengan circumferences yang lain.
3. Menggunakan saiz cuff yang betul adalah penting bagi bacaan yang tepat.

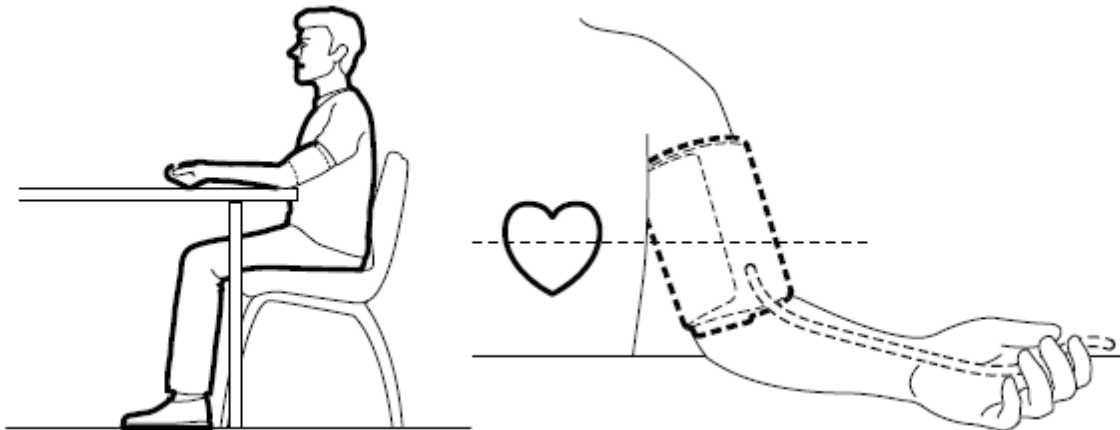


Prosedur pengukuran

1. Letakkan kepala stetoskop di atas arteri utama, di bawah tanda arteri pembalut. (Gambar ①)
2. Dengan injap ditutup, tekan pump dan terus mengepam kepada mmHg nilai 20-30 di atas tekanan darah yang normal anda (Gambar ②).
3. Buka injap untuk mengempiskan cuff secara beransur-ansur pada kadar 2-3 mmHg sesaat. (Gambar ③)
4. Rekod semasa bunyi Korotkoff tekanan sistolik bermula dan rekod lagi semasa kehilangan Korotkoff bunyi tekanan diastolik
5. Selepas pengukuran selesai, sepenuhnya membuka injap untuk melepaskan mana-mana angin yang tinggal dalam pembalut.



Prosedur pengukuran



Berikut adalah beberapa tips berguna untuk membantu anda mendapatkan bacaan yang lebih tepat:

- Tekanan darah berubah dengan setiap denyutan jantung dan turun naik yang berterusan sepanjang hari.
- Rakaman tekanan darah boleh dipengaruhi oleh kedudukan pengguna, keadaan fisiologi beliau dan faktor-faktor lain. Untuk ketepatan besar, menunggu satu jam selepas bersenam, mandi, makan, minum minuman dengan alkohol atau kafein, atau merokok untuk mengukur tekanan darah.
- Sebelum pengukuran, ia mencadangkan supaya anda duduk tegak (90 °) dan secara senyap-senyap untuk sekurang-kurangnya 5 minit sebagai ukuran yang diambil semasa keadaan santai akan mempunyai ketepatan yang lebih besar. Anda tidak perlu menjadi letih atau letih semasa mengambil ukuran fizikal. Pastikan lengan adalah tahap yang sama dengan hati apabila semasa mengambil ukuran untuk mendapatkan bacaan yang lebih tepat.
- Jangan mengambil ukuran jika anda berada di bawah tekanan atau ketegangan.
- Semasa pengukuran, tidak bercakap atau menggerakkan lengan atau tangan otot anda.
- Mengambil tekanan darah anda pada suhu badan normal. Jika anda berasa sejuk atau panas, tunggu sebentar sebelum mengambil ukuran.
- Jika monitor yang disimpan pada suhu yang sangat rendah (berhampiran pembekuan), sila letakkan di lokasi yang hangat selama sekurang-kurangnya satu jam sebelum menggunakannya.
- Tunggu 5 minit sebelum mengambil pengukuran seterusnya.

Catatan: Sila rujuk kepada doktor untuk tafsiran keputusan

