



## چک لیست کنترل فشار خون با گوشی

گام ها	مراحل مهارت	نمره اختصاص یافته	نمره کسب شده
۱	دست های خود را بشویید.	۰/۵	
۲	بیمار را شناسایی کنید.	۰/۵	
۳	اگر بیمار از نظر روانی ناراحت است یا درد دارد، چند لحظه قبل فعالیت بدنی داشته یا سیگار کشیده کنترل فشار خون را به تعویق بیندازید.	۱	
۴	جهت بستن کاف بازوی مناسب را انتخاب کنید( کاتتر وریدی، فیستول وریدی - شریانی و شکستگی نداشته باشد )	۰/۵	
۵	بیمار را در وضعیت خوابیده به پشت یا نشسته بطور راحت قرار دهید طوری که بازوها در سطح قلب و کف دست به طرف بالا باشد و تکیه گاه مناسبی داشته باشد.	۰/۵	
۶	قسمت مرکزی بادنک کاف را روی شریان بازویی تقریباً وسط بازو قرار دهید به طوری که لبه تحتانی کاف ۲/۵ تا ۵ سانتی متر بالاتر از قسمت داخلی آرنج باشد.	۱	
۷	بازوبند نه خیلی محکم و نه خیلی شل بصورت ساف و مرتب بسته شود .	۰/۵	
۸	گوشی را در گوش قرار دهید و نبض برآکیال را لمس کنید.	۰/۵	
۹	کاف بازوبند را ۳۰ میلی متر جیوه بالاتر از محل ناپدید شدن نبض پمپ کنید .	۱	
۱۰	به آرامی پیچ پمپ را باز کنید ( ۳-۲ میلی متر جیوه )	۰/۵	
۱۱	اولین عددی که صدا شنیده می شود فشار سیستولیک است . صدای ضعیف ولی واضح که کم کم شدت صدا افزایش می یابد.	۱	
۱۲	به خالی کردن بازوبند ادامه دهید . توجه کنید که در کجا صدا اهنسته می شود ( صدای چهارم ) و نقطه ای که صدا قطع می شود ( صدای پنجم) این دو ممکن است جدا یا باهم در یک نقطه اتفاق افتد که به آن فشار دیاستولیک گویند.	۱	
۱۳	اجازه دهید تا فشار باقیمانده سریعاً خارج شود.	۰/۵	
۱۴	کاف را خارج کنید و وسایل را تمیز و جمع آوری کنید.	۰/۵	
۱۵	میزان فشار خون را در برگه مخصوص ثبت کنید.	۰/۵	
	مجموع نمرات	۱۰	

نام و نام خانوادگی دانشجو:

امضاء و نام و نام خانوادگی ارزیابی کننده :