

- známku dobré kontroly hypertenze: u většiny nemocných se má průměrná hodnota pohybovat pod 135/85 mm Hg). Nemocnému dále vysvětlíme časový plán měření:
- Před návštěvou lékaře je ideální měřit TK po dobu 7 dní předcházejících návštěvě (minimum jsou tři dny).
 - Nemocný provádí měření ráno před užitím léků a večer, vždy 2x v jednodominutových intervalech.
 - Pokud je to možné, nemocný spočítá průměr provedených měření s vynecháním prvního dne.
 - V období mezi návštěvami při dlouhodobém sledování léčeného hypertonika doporučujeme měřit TK s četností minimálně 1x měsíčně až maximálně 2x týdně – v závislosti na stavu nemocného a jeho preferencích.

Ambulantní monitorování krevního tlaku

Stejně jako u jiných metod měření je třeba používat validizovaný oscilometrický přístroj se správnou velikostí manžety.

Základní pravidla, jak provádět ambulantní monitorování TK (AMTK) jsou následující:

- AMTK má být přednostně provedeno v běžném pracovním dni. Je třeba si rezervovat dostatek času na programování a nasazení přístroje (10–15 minut).
- Intervaly mezi jednotlivými měřeními mají být 20–30 minut ve dne i v noci.
- Manžetu přikládáme na paži bez oděvu, a to na nedominantní končetinu, s prostředkem nafukovacího vaku nad pažní tepnou.
- Provedeme testovací měření TK.
Pacienta náležitě instruujeme:
- Vysvětlíme fungování přístroje.
- Nemocný zapisuje své denní aktivity.
- Během měření pacient zůstává v klidu, s volně nataženou paží.
- Doporučíme nemocnému, aby neřídil motorové vozidlo.

LITERATURA

1. Stergiou GS, Palatini P, Parati G et al. 2021 European Society of Hypertension practice guidelines for office and out-of-office blood pressure measurement. *J Hypertens* 2021;39:1293-1302. doi: 10.1097/HJH.0000000000002843.

- Vydáme nemocnému formulář, kam zaznamená dobu spánku, čas užití léků a jakékoli potíže.
- Poučíme nemocného, jak si znovu nasadit manžetu, pokud by se uvolnila.
- Ukážeme nemocnému, jak se přístroj vypíná v případě poruchy.

Přístroj odpojíme po 24 hodinách. Při interpretaci výsledků je správné brát v úvahu čas bdění a spánku podle záznamů nemocného. Monitorování hodnotíme jako validní pouze pokud bylo registrováno alespoň 20 hodnot ve dne a 7 hodnot v noci, v opačném případě je třeba monitorování zopakovat.

Indikace k provedení ambulantního monitorování jsou následující:

- Diagnóza hypertenze.
- Nesoulad mezi TK v ordinaci a domácím TK, potvrzení nebo vyloučení hypertenze bílého pláště a maskované hypertenze.
- Detekce noční hypertenze a absence nočního poklesu TK.
- Potvrzení diagnózy nekontrované a rezistentní hypertenze.
- Potvrzení 24hodinové kontroly TK (důležité u vysokorizikových nemocných a v těhotenství).
- Zjištění symptomatické hypotenze.
- Nedostatečně kontrovaná hypertenze: může být prováděno každé 2–3 měsíce až do dosažení dobré kontroly TK; záleží na riziku nemocného a jeho preferencích.
- Kontrovaná hypertenze: může být prováděno 1x ročně.

Výhody a možné nevýhody AMTK jsou uvedeny v Tab. 2. Správné měření TK je zásadní pro diagnózu a léčbu hypertenze. Falešně nízká hodnota TK může vést k podcenění významu TK a nedostatečnému snížení kardiovaskulárního rizika a naopak, falešně vysoká hodnota může vést k nastavení příliš silné léčby s možnými nežádoucími účinky. Přesné měření TK se stává ještě důležitější v současné době, kdy je tendence doporučovat nižší cílové hodnoty krevního tlaku při léčbě.

2. Stergiou GS, Alpert B, Mieke S et al. A Universal Standard for the validation of blood pressure measuring devices: Association for the Advancement of Medical Instrumentation / European Society of Hypertension/International Organization for Standardization (AAMI/ESH/ISO) Collaboration Statement. *J Hypertens* 2018;36:472-478.