Дневник пациента при суточном мониторировании ЭКГ (холтер)

Медицинский центр «Мир Здоровья», г. Курск | Заполнение дневника обязательно: без него врач не сможет связать изменения ЭКГ с вашей активностью.

ФИО: _____ **Дата установки:** «___» _____ 20___ г. **Время установки:** _____

Как вести дневник

- Записывайте **время** (по часам) и **что вы делали** в этот момент.
- Отмечайте самочувствие: боль, перебои в сердце, головокружение, одышку, слабость — и их длительность.
- Записывайте приём лекарств (название, доза, время).
- Отмечайте сон (во сколько легли и встали), еду, физическую нагрузку, стрессовые ситуации.
- Записи делайте сразу или не реже одного раза в 1–2 часа. Если прибор пискнул — запишите время и что вы чувствовали.

Пример заполнения

Время	Активность (что делали)	Самочувствие / лекарства / примечания
08:30	Проснулся, подъём	Лёгкая слабость
09:00	Завтрак	Принял(а) таблетки: _____
13:15	Быстрая ходьба, ~10 мин	Сердце билось чаще, прошло через 5 мин
23:00	Отбой, сон	—

Дневник наблюдений

Время	Активность (что делали)	Самочувствие / лекарства / примечания

Важно: не снимайте электроды, не мочите прибор, при отклеивании электрода приклейте его заново (запасные электроды выданы). Время снятия прибора: «___» _____ 20___ г. _____.