Пульсоксиметр.

Вместе с новым коронавирусом в нашей жизни появились не только маски, но и пульсоксиметры. Пульсоксиметр – это маленький медицинский прибор, похожий на прищепку с экраном. Он показывает, как много кислорода находится в крови. Этот показатель иначе называется сатурацией и измеряется в процентах.  
Зачем знать, сколько кислорода в крови?  
Сатурация косвенно может рассказать о том, насколько хорошо работают легкие. Она не объяснит, в чем проблема, но поможет вовремя насторожиться.  
Сатурация от 95% и выше считается нормой  у здоровых людей.  
В некоторых ситуациях насыщение крови кислородом может быть и ниже. Это возможно при хронических проблемах с дыхательной системой. Например, хронической обструктивной болезни легких, которая часто встречается у курильщиков. Обычно организм таких людей адаптирован к более низким показателям сатурации.  
Показатели пульсоксиметра могут снижаться не только из-за низкого уровня кислорода в крови. Вот несколько возможных проблем, на которые стоит обратить внимание.  
Накрашенные ногти  
Лак для ногтей может повлиять на точность считывания данных. Кстати, очень длинные или искусственные ногти тоже могут стать помехой. Они затрудняют правильное введение пальца в зажим.  
Холодные руки и низкое давление  
Холод сужает сосуды и кровь по пальцу проходит медленнее. То же самое происходит при сниженном «верхнем» давлении, меньше 80 мм.рт.ст. Кровь просто не успевает доходить до кончиков пальцев с нужной скоростью. Пульсоксиметр не может считать пульсовую волну и выдает неверные результаты.  
Не тот палец и лишние движения  
Для точного измерения палец должен быть хорошо зафиксирован в пульсоксиметре. Хорошо – это значит, не слишком туго и не слишком свободно. Для этого стоит выбрать правильный палец и не двигать рукой. Если вы приподнимите руку или будете проводить измерение на весу, сатурация на мониторе может оказаться ниже, чем есть на самом деле.  
Небольшой эксперимент показал, что правильнее всего измерять уровень кислорода в крови на среднем пальце ведущей руки.  
Как избежать ошибок в измерении?  
Проводите измерения в спокойном состоянии и сидя.  
Выберите палец на ведущей руке без лака и без синяков.  
Надежно зафиксируйте палец между зажимами пульсоксиметра ногтем вверх.  
Положите руку на ровную поверхность. Проследите, чтобы она не была приподнята: кровь не должна оттекать от кончика пальца.  
Процент насыщение крови кислородом пульсоксиметр покажет через 10-20 секунд. Для надежности можно продолжить измерение в течение нескольких минут. Так прибор сумеет дольше анализировать данные и выдаст более точное среднее значение.  
  
Будьте здоровы!

Отделение медицинской профилактики.