

# 24-uurs dagboek holter ECG

## **Inleiding**

In het kastje dat u zojuist gekregen heeft, zit een geheugen-kaart waarop circa 24 uur lang een electrocardiogram (ECG), een 'hartfilmpje' gemaakt wordt. Zo wordt het ECG onder wisselende omstandigheden gedurende een langere tijd geregistreerd en wordt de oorzaak van uw klachten beter getraceerd.

## **Dit is uw 24-uurs dagboek**

In de komende 24 uur is het belangrijk dat u alles wat u doet zo nauwkeurig mogelijk in dit dagboek noteert.

### **Wat moet genoteerd worden?**

- Alle activiteiten die u vandaag verricht, bijvoorbeeld werken, rusten, sporten, wandelen;
- Vooral de activiteiten die zwaar voor u zijn, moet u goed noteren;
- Het tijdstip waarop u de activiteiten verricht;
- De eventuele klachten die optreden. Hierbij gaat het meestal om klachten zoals hartkloppingen, misselijkheid, kortademigheid, duizeligheid, pijn in het bovenlichaam (voornamelijk in borst, nek en armen);
- Het tijdstip waarop de klachten optreden.

***Let op:** emotionele ervaringen, zoals opwindning en stresssituaties, dient u ook te noteren.*

Het is noodzakelijk dat u bij klachten en lichamelijke inspanning minstens elk uur een aantekening maakt; alleen dan slaagt het onderzoek. Verderop in deze brochure vindt u een voorbeeld van een ingevuld dagboek.

## **Belangrijk**

- U mag niet zwemmen, douchen of in bad gaan met deze recorder. Ga wèl sporten, als u dit normaal ook doet, maar ga niet onder de douche;
- Probeer de elektroden zo min mogelijk aan te raken. Dit veroorzaakt storing;
- Slaap niet op of onder een elektrische deken. Als u een waterbed heeft, schakel dit dan uit;
- Volg de instructies van de laborant nauwkeurig op. U krijgt informatie over het terugbrengen van de recorder en het dagboek;
- Verwijder bij het inleveren van het kastje de stickers van de kabels;
- Gebruik uw mobiele telefoon zo min mogelijk en houdt hem zover mogelijk van de recorder vandaan.



