

# HOLTER 24 HORAS

## ANTES DO EXAME

- **Não é necessário jejum;**
- **Tomar as medicações habituais;**
- Vir de banho tomado, pois não poderá tomar durante as 24 horas em que estiver com o aparelho;
- Não usar sabonete cremoso ou creme hidratante **na região do tórax e abdômen;**

## DURANTE AS 24H DO EXAME

- Siga sua rotina normal;
- Não tomar banho no período de 24 horas após a instalação, ou seja, enquanto estiver com o aparelho;
- Não retirar o aparelho por qualquer tempo durante a monitorização, evitando quedas, choques, molhar e manuseio por qualquer outra pessoa;
- **Não desligar o HOLTER ou retirá-lo antes do tempo, pois isso danifica o aparelho e prejudica o exame;**
- Ao deitar-se, evitar dormir de barriga para baixo;
- Não retirar o aparelho da bolsa;
- Preencher corretamente o diário do paciente, anotando: medicamentos (nome, dose e horário de tomada), período do sono (horário que dormiu e acordou e avaliação de como foi a qualidade do sono), ocorrência de sintomas (tonturas, sensação de desmaio, desmaio, dor de cabeça );
- **RETORNAR no dia seguinte conforme orientação da Enfermagem para retirar o aparelho;**
- O aparelho deverá ser devolvido ao AME em perfeitas condições de funcionamento, sem avarias.

### Atenção:

- Quando vier ao AME não se esqueça de trazer um documento oficial com foto, cartão SUS, encaminhamento ou pedido médico devidamente preenchido e assinado;
- Não se atrase! Venha no horário de chegada informado;
- Evite trazer crianças;
- Menores de 18 anos precisam de um acompanhante (pais ou responsável legal);
- Maiores de 65 anos, que necessitarem, devem trazer um acompanhante;
- Mantenha seu cadastro atualizado, principalmente o telefone de contato.