

使用電子血壓計注意事項

一、測量前準備：

1. 測血壓前應安靜休息至少 15 分鐘(避免運動)。
2. 前 30 分鐘避免抽菸或喝刺激性飲料(如濃茶、咖啡、酒)。
3. 穿著寬鬆衣服、測量的手臂衣袖不宜太厚(厚衣服應脫除)。
4. 確認壓脈帶長度與寬度適當—
壓脈帶理想長度是上臂周長 1.2 倍，寬度是上臂長度 2/3。使用太寬長的帶子易量出偏低的血壓。

二、測量時注意：

1. 有舒適的姿位，血壓計應與心臟同高，測量數值較準確。
2. 將壓脈帶之管端平置於上臂離肘彎約 2~3 公分處，然後將帶套纏於上臂，勿太緊或太鬆，以可塞“一指”為原則。
※血壓計之選擇以測量手上臂優於手腕及手指。
3. 壓脈帶之中線(管子)應置於肱動脈上方(或依廠牌指示)。
4. 電子血壓計較敏感易受旁邊因素干擾，而影響測量之數值，當壓脈帶開始加壓時應注意下列事項：
 - (1) 測量中暫時勿說話，以免過度用力或思緒激動影響血壓。
 - (2) 勿移動量測之手臂，以避免肌肉收縮干擾血壓判讀。
 - (3) 身體應採自然的姿勢(坐姿)、手臂輕鬆關節可輕彎，勿過於用力將頸部轉向被測壓的手臂。

三、電子血壓計維護注意事項：

1. 電子血壓計應定期保養，以防故障。
2. 避免任何撞擊或掉落地面。
3. 長期不使用應將電池取出，以防電池滲漏液體。
4. 脈帶之橡皮管勿任意曲折以防斷裂。
5. 若要清潔機器，請用水或中性洗潔精擦拭，不可使用有機溶劑、汽油或任何揮發性油類。

