

## 脈拍

- 椅子に座ってもらい、リラックスするように声をかける。
- 両腕の橈骨動脈に検者の3本の指(第2・3・4指)をあてる。
- 左右差の有無を確認する。
- 不整の有無を確認する。
- 3本の指を使って緊張度を診る。
- 左右差がないのを確認してから片方の腕で脈拍数を数える。(15秒数えて4倍する)
- \* 所見を患者さんに説明する。(臨床実習では指導医の指導のもとで行う)

## 血圧

- これから血圧を測定する旨を告げリラックスしてもらおう。
- 血圧計を使用できる状態にセットする。
- マンシエットの大きさが適切であることを確認する。
- 枕や支持台を利用して上腕の位置が心臓の高さとなるように調節する。
- 十分に上腕を露出する。
- 上腕動脈を触診して位置を同定する。
- マンシエットのゴム袋の中央が上腕動脈の真上にくるように巻く。(ゴム管は上でも下でもよい)
- マンシエットの下端と肘窩との間隔は約2cmあけて巻く。
- マンシエットは腕にぴったりと巻き、指が1-2本入ることを確認する。
- 最初に触診法を行う。
- 橈骨動脈を触診で同定する。
- 水銀柱を70mmHgまで速やかに上昇させその後10mmHgずつ上げてゆく。
- 橈骨動脈の脈が触れなくなる値を確認し報告する。
- 聴診器をイヤピースの方向に注意して耳にかける。
- 聴診器を肘窩の上腕動脈の上に置く。(膜部、ベル部はどちらでもよい)
- 触診法で脈が触れなくなったところから20-30mmHg上まで内圧を速やかに上げる。
- 1秒間に2mmHgずつゆっくり内圧を下げる。
- Korotkoff音が聞こえ始めたら、2mmHg/1心拍程度のスピードで内圧を下げる。
- Korotkoff音が聞こえなくなっても10mmHgはゆっくり内圧を下げ、再度聞こえることがないのを確認する。(聴診間隙の確認)
- それ以後は急速に内圧を下げる。
- 30秒おいてもう1回測定し、2回の平均値をとって患者さんの血圧とする。

- 同様に反対側の血圧を測定する。(初診の患者では必ず両方測定する)
- 血圧値を正しく述べる。(数字だけ述べる場合は、収縮期血圧から拡張期血圧の順に述べる。血圧値は偶数で読む)
- Korotkoff音が聞こえにくいときは手を開いたり閉じたりしてもらう。
- \* 血圧の測定結果を患者さんに説明する。(臨床実習では指導医の指導のもとで行う)

## 下肢の脈拍・血圧

### 脈拍

- 後脛骨動脈、足背動脈、(\* 膝窩動脈)で左右差の有無を確認する。

### 血圧

- 後脛骨動脈を触診する。
- ゴム袋中央が後脛骨動脈の真上にくるように上腕用のマンシェットを巻く。
- マンシェットの下端が内果の直上にあるように巻く。
- 以下、上腕の血圧測定と同じ手順で触診により血圧を測定する。
- \* 脈拍と血圧の測定結果を患者さんに説明する。(臨床実習では指導医の指導のもとで行う)
- \* 上肢と下肢の血圧から Ankle-Brachial Index (ABI)を計算する。

### \* 膝窩動脈での血圧測定

- \* 腹臥位になってもらう。
- \* 膝窩動脈を触れ位置を同定する。
- \* 大腿用マンシェットをゴム囊中央が大腿後面で大腿の下1/3が覆われるように巻く。
- \* 以下、上腕の血圧測定と同じ手順で血圧を測定する。