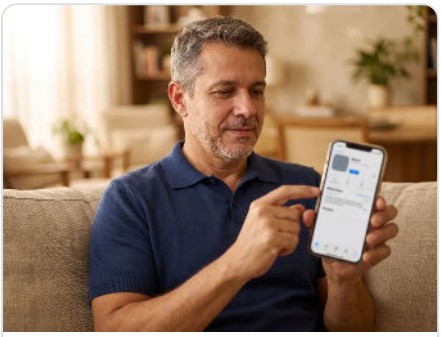
Holter 24 horas

Esta página é para quem já tem o Holter 24 horas marcado. Aqui estão as orientações do Dr. Rafael em áudio, o passo a passo do exame e o guia para instalar o aplicativo antes de vir.

O Holter registra todos os batimentos do coração por 24 horas. É um exame simples e indolor.

Como o exame funciona, passo a passo



Passo 1 — o que fazer em casa, antes do dia do exame

Instale o aplicativo QuoreOne Patient no celular. O guia está mais abaixo, nesta página.

Basta instalar. O acesso é feito na hora do exame, com o seu CPF ou com um código que a secretaria entrega. Chegando com o aplicativo pronto, a colocação do aparelho fica bem mais rápida.



Passo 2 — preparo da pele (homens)

Homens: raspem os pelos do peito antes de vir. Pode ser lâmina descartável ou maquininha. O adesivo precisa grudar direto na pele para o registro sair bom.

Mulheres: venham com um top confortável, que facilita a colocação.

No dia, evite creme ou óleo no peito.



Passo 3 — a instalação no consultório

O nosso Holter é moderno: não usa pilha, é leve e não tem fios. Ele fica colado no peito com adesivos. Sem fios, há menos interferência, e a leitura do coração sai mais precisa.



Passo 4 — as 24 horas com o aparelho

Leve o seu dia normalmente, com os seus remédios de sempre, nos horários de sempre.

A exceção é o exercício físico: durante as 24 horas, nada de academia, corrida, beach tennis, musculação ou atividades parecidas.

Se sentir palpitação, dor no peito, falta de ar ou tontura, registre no aplicativo e aperte o botão do aparelho por 2 segundos para marcar o momento. O botão marca o momento para o médico; ele não chama socorro. Se estiver passando mal, peça ajuda a alguém por perto ou ligue para o 192. Registre também o horário em que tomou os remédios, em especial os do coração.

Não durma de bruços e não use colar ou corrente por cima do aparelho.

Pode tomar banho lavando braços e pernas, sem jogar água direto no aparelho. Ele tem proteção contra água, mas o adesivo que o segura pode descolar se molhar. Não retire os adesivos.



Passo 5 — a devolução e o laudo

Depois de 24 horas, volte no horário combinado para retirarmos o aparelho.

O laudo chega à clínica em até 7 dias úteis. Marque o retorno com a secretaria para ver o resultado com o Dr. Rafael.

Antes do exame

- Aplicativo QuoreOne Patient instalado no celular antes de vir.
- Homens: peito raspado.
- Mulheres: um top confortável.
- Sem creme ou óleo no peito no dia do exame.
- Remédios: continue tomando normalmente.
- Durante as 24 horas: nada de exercício físico.
- Banho: braços e pernas, sem molhar o aparelho, para o adesivo não descolar.

- Sentiu algo ou tomou remédio: registre no aplicativo e aperte o botão do aparelho. O botão não chama socorro.

Instale o aplicativo QuoreOne Patient

Instale antes do dia do exame. Basta instalar: o acesso é feito na hora, com o seu CPF ou com um código que a secretaria entrega.

iPhone

1. Abra a App Store.
2. Busque QuoreOne Patient.
3. Toque em Obter e confirme com Face ID, Touch ID ou senha.
4. Pronto. Não precisa entrar no aplicativo agora.

Aponte a câmera do iPhone para o código e a loja abre no aplicativo certo.

Android

1. Abra a Play Store.
2. Busque QuoreOne Patient.
3. Toque em Instalar e aguarde.
4. Pronto. Não precisa entrar no aplicativo agora.

Aponte a câmera do celular para o código e a loja abre no aplicativo certo.

Se algo acontecer com o aparelho ou com o aplicativo

- **O aparelho está sem luz e sem som:** É assim que ele funciona. Durante o exame, o aparelho não apita nem acende enquanto está tudo bem.
- **Apertei o botão e uma luz verde piscou:** O registro foi feito. Apertar o botão marca o momento para o médico; não chama socorro. Se precisar de ajuda, peça a alguém por perto ou ligue para o 192.
- **Acendeu uma luz azul no aparelho:** Confira qual adesivo se soltou. Seque a pele e pressione o adesivo de volta. O micropore pode ajudar a segurá-lo. Se o adesivo não fixar ou a luz azul continuar, fale com a secretaria pelo WhatsApp para verificar a troca.
- **Tenho medo de desligar o aparelho sem querer:** Não há como. Ele desliga sozinho no fim das 24 horas.
- **O aplicativo pediu CPF ou código:** É normal. Antes do exame, não precisa entrar. No dia, a secretaria faz o acesso com você.
- **O aplicativo travou ou fechou:** Feche por completo e abra de novo. Se não voltar, não se preocupe: o aparelho continua gravando o coração, e o botão do aparelho marca os momentos. Mande um print da tela para a secretaria pelo WhatsApp.
- **Mantenha o Bluetooth do celular ligado, a internet ligada e a data e hora no automático:** O exame é transmitido pelo celular: o aplicativo recebe os batimentos do aparelho pelo Bluetooth e envia pela internet. Se a internet cair, o aparelho guarda tudo e envia quando o celular reconectar. Deixe o celular por perto durante as 24 horas.

Dúvidas: WhatsApp da secretaria (16) 99737-1020 · Clínica Endocárdio · Ribeirão Preto