

Nabız Nedir? Nabız Özellikleri ve Nabız Alınan Bölgeler Nelerdir?

- Nabız, kalbin 1 dakika içinde kaç defa kasıldığını gösterir.
- Kalbin sol ventrikülünün kasılmasıyla kan aort aracılığıyla arterlere atılır. Bu atılma sonucu arterlerde genişleme olur ve genişlemenin ardından arterler eski haline döner. Bu genişleme damarların yüzeysel bulunduğu yerlerde hafif atımlar halinde el ile hissedilebilir.
- Nabız yetişkin ve sağlıklı kişilerde normalde dakikada 60-100'dür.
- Kalbin dakikada aortaya pompaladığı kan miktarına "kardiyak output" denir.
- Her bir kalp atımında pompalanan kan miktarına "strok volüm" denir
- Kardiyak output, strok volüm ile nabız hızının çarpımına eşittir.

Nabız Alınan Bölgeler

⊖ Her arterden değerlendirilebilir.

⊖ Periferel nabızlar arasında palpasyonu en kolay olan arterler, radial ve karotis arterlerdir.

Temporal arter

⊖ Başta temporal kemik üzerinde, gözün yan kısmında, şakaklardadır.

Karotis arter

⊖ Boyunda sternokloidomastoid kasının orta kenarı boyunca uzanır.

Apikal

⊖ Midklavikular hatta 4. ve 5. interkostal aralıkta bulunur.

Brakial

⊖ Antikubital fossada, biceps ve triceps kasların arasında bulunur.

Radial

⊖ Ön kolda bileğin iç kısmında bulunur.

Ulnar

⊖ Ön kolda, bileğin iç kısmında bulunur.

Femoral

⊖ İnguinal ligamentin altında, simfisis pubis ve anterior superior iliyaka ile spina arasında bulunur.

Popliteal

⊖ Popliteal çukurda dizin arkasında bulunur.

Posterior tibia

⊖ Her iki ayak bileğinin iç yüzeyinde, medial malleolus'un üstündedir.

Dorsalis pedis

⊖ Birinci ve ikinci ayak parmağı, eksantör tendonun arasında bulunur.

Nabız Özellikleri

1. Nabız Hızı

- Kalbin bir dakikadaki atım sayısıdır.
- Yetişkinlerde normal nabız hızı dakikada 60-100 atımdır.
- Yaş ilerledikçe nabız sayısı azalır.
- Kalp hızının erişkinler için 100'ün üzerinde olmasına taşikardi, dakikada 60'ın altında olmasına bradikardi denir.

Normal Nabız Hızları(yaşlara göre):

- a) Yeni Doğan: 120-160 (ort.140)
- b) Bebek : 100-140 (ort.120)
- c) Çocuk : 80-120 (ort.100)
- d) Yetişkin : 60-100 (ort.80)

2. Nabız Ritmi

- Kalp normal olarak birbiri ardına ve düzenli aralıklarla kan pompalar.
- Hissedilen kalp atımları arasındaki süre düzenli ve birbirine eşittir. Buna düzenli (regüler) nabız denir.
- Atımlar arasındaki sürenin kısa ya da uzun olması veya bazı atımların hissedilmemesi ritim bozukluğu (aritmi) olduğunu gösterir.
- Kalbin yaptığı zayıf atımlar perifere yansımadığı için periferel nabızda bir düzensizlik ortaya çıkar. Bu duruma defisit denir.
- Defisit tespiti için apikal ve radial nabız ölçümü birlikte yapılmalı ve aralarındaki fark değerlendirilmelidir.

3. Nabız Hacmi (dolgunluğu)

- Sol ventrikülün her sistolünde, perifere gönderilen kan miktarı nabızın dolgunluğunu belirler.
- Normalde nabız dolgundur ve kolay palpe edilir.
- Kan volümü arttığında kanın arter duvarına yaptığı basınç artacağı için nabız daha dolgun hissedilir. Buna dolgun nabız denir.
- Bazen nabız çok hızlıdır ve parmaklar arasında zor hissedilir. Parmakların hafif basıncı ile kaybolabilir. Buna filiform (ipliksi) nabız denir. Filiform nabızda, nabız dakikada 130 üzerindedir. Şok, kalp yetmezliği, kanama ya da aşırı sıvı kaybı durumunda oluşur.

Nabız Ölçerken Dikkat Edilmesi Gerekenler

- Egzersiz ve beslenme sonrası nabız ölçümü yapılacaksa sayılmadan önce hastanın 30 dakika dinlenmesi sağlanmalıdır.
- Apikal nabız alırken steteskopla, periferel nabız alınırken parmaklarla palpasyon yapılarak sayım yapılmalıdır.
- Atrial fibrilasyonda, kalp üzerine etki eden ilaçları vermeden önce ve sonra, nabız apekten sayılmalıdır.
- Aritmi durumunda ve 2-3 yaş altı çocuklarda apikal nabız değerlendirilmelidir.
- Çocuklarda nabız ölçümü derece alma işleminden önce yapılmalıdır.
- İnvaziv girişimler, anjio yapılmış arter üzerinden nabız sayılmamalıdır.
- Uygun pozisyon verilmelidir.