

# Η ΖΩΗ ΜΕ ΒΗΜΑΤΟΔΟΤΗ



**Medtronic**  
Further. Together

# ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Η καρδιά	4
Τι σημαίνει βραδυκαρδία;	5
Συμπτώματα της βραδυκαρδίας	5
Αιτίες της βραδυκαρδίας	5
Διάγνωση της βραδυκαρδίας	6
Αντιμέτωπιση της βραδυκαρδίας	6
Τι είναι ο βηματοδότης;	7
Πώς λειτουργεί ο βηματοδότης;	8
Εμφύτευση βηματοδότη	9
Μετάπειτα φροντίδα και παρακολούθηση	11
Απομακρυσμένη παρακολούθηση του βηματοδότη	12
Πρόσβαση σε μαγνητικές τομογραφίες	13
Ο βηματοδότης στην καθημερινή σας ζωή	14
Συνήθεις ερωτήσεις	15
Συνιστώμενες προφυλάξεις	20
Οικιακά είδη και αντικείμενα αγαπημένων ασχολιών	20
Εργαλεία και βιομηχανικός εξοπλισμός	23
Εξοπλισμός επικοινωνίας και γραφείου	26
Ιατρικές και οδοντιατρικές επεμβάσεις	29
Διαμόρφωση θετικής στάσης προς τη ζωή με βηματοδότη	34
Εκπαιδευτικοί πόροι και υποστήριξη	34

Αν εσείς ή κάποιο αγαπημένο σας πρόσωπο έχετε διαγνωστεί με βραδυ καρδιακό παλμό (βραδυκαρδία), αυτό το φυλλάδιο μπορεί να σας βοηθήσει να κατανοήσετε την πάθηση της καρδιάς σας και τις επιλογές σας για θεραπεία.

Σε αυτό το φυλλάδιο παρέχονται βασικές πληροφορίες σχετικά με τον βραδυ καρδιακό παλμό και τους βηματοδότες, καθώς και τι να περιμένετε πριν και μετά την εμφύτευση βηματοδότη.

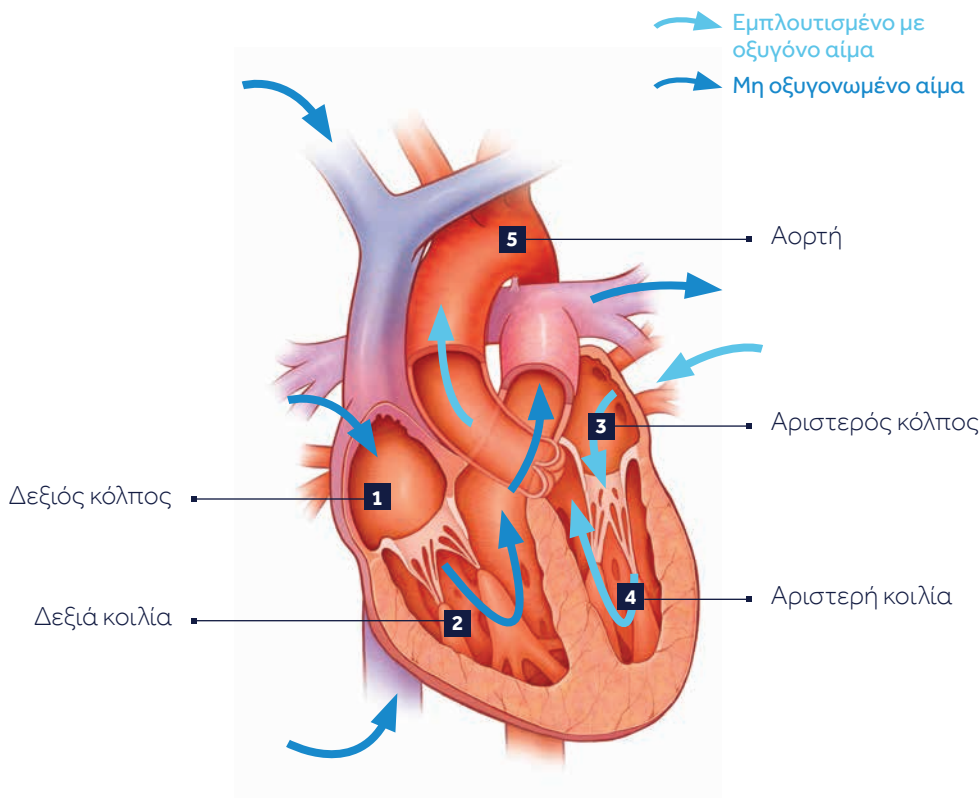


# Η ΚΑΡΔΙΑ

Η καρδιά είναι ένα όργανο σε μέγεθος γροθιάς που λειτουργεί ως αντλία για την αποστολή εμπλουτισμένου με οξυγόνο αίματος σε ολόκληρο το σώμα. Τακτικά, ρυθμικά ηλεκτρικά σήματα κάνουν την καρδιά να αντλεί συνεχώς αίμα. Η καρδιά διαθέτει τέσσερις κοιλότητες:

- Δύο άνω κοιλότητες – τον δεξιό κόλπο και τον αριστερό κόλπο
- Δύο κάτω κοιλότητες – τη δεξιά κοιλία και την αριστερή κοιλία

Ο δεξιός κόλπος (1) λαμβάνει αίμα με χαμηλή περιεκτικότητα σε οξυγόνο από το υπόλοιπο σώμα και το ωθεί προς τη δεξιά κοιλία (2), η οποία, με τη σειρά της, το αποστέλλει προς τους πνεύμονες. Οι πνεύμονες οξυγονώνουν το αίμα, το οποίο διοχετεύεται στον αριστερό κόλπο (3) και, στη συνέχεια, στην αριστερή κοιλία (4), η οποία προωθεί το εμπλουτισμένο με οξυγόνο αίμα προς το υπόλοιπο σώμα μέσω της αορτής (5).



# ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΒΡΑΔΥΚΑΡΔΙΑ;

Η βραδυκαρδία είναι μια πάθηση όπου η καρδιά χτυπάει **υπερβολικά αργά**. Μια υγιής καρδιά χτυπάει **60 έως 100 φορές το λεπτό**, αντλώντας περίπου **280 λίτρα αίματος** κάθε ώρα. Με τη βραδυκαρδία, η καρδιά χτυπάει λιγότερες από 60 φορές το λεπτό. Σε αυτόν τον ρυθμό, η καρδιά δεν μπορεί να προωθήσει επαρκή ποσότητα εμπλουτισμένου με οξυγόνο αίματος προς το σώμα κατά τη διάρκεια των φυσιολογικών δραστηριοτήτων ή της άσκησης.

## ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΒΡΑΔΥΚΑΡΔΙΑΣ

Όταν η καρδιά σας χτυπάει υπερβολικά αργά, ενδέχεται να παρουσιάσετε διάφορα συμπτώματα. Αυτά τα συμπτώματα βοηθούν τον γιατρό σας να αξιολογήσει τη βαρύτητα της καρδιακής σας πάθησης και να προσδιορίσει την κατάλληλη θεραπεία για εσάς.

- Ζάλη και λιποθυμία
- Χρόνιο αίσθημα κόπωσης
- Λαχάνιασμα

## ΑΙΤΙΕΣ ΤΗΣ ΒΡΑΔΥΚΑΡΔΙΑΣ

Η βραδυκαρδία μπορεί να προκύψει για πολλούς λόγους. Ορισμένες κοινές αιτίες της βραδυκαρδίας είναι, μεταξύ άλλων, οι εξής:

- Συγγενής καρδιοπάθεια (πάθηση με την οποία γεννιέται κανείς)
- Ορισμένες ασθένειες ή φαρμακευτικές αγωγές για την καρδιά
- Φυσιολογική διαδικασία γήρανσης
- Ουλώδης ιστός από καρδιακή προσβολή
- Σύνδρομο νοσούντος φλεβοκόμβου, που ονομάζεται επίσης δυσλειτουργία φλεβοκόμβου (ο φυσικός βηματοδότης της καρδιάς δεν λειτουργεί σωστά)
- Καρδιακός αποκλεισμός (η ηλεκτρική ώση που μεταδίδεται από την άνω προς την κάτω κοιλότητα της καρδιάς είναι ακανόνιστη ή αποκλείεται)

# ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΤΗΣ ΒΡΑΔΥΚΑΡΔΙΑΣ

Μόνο ο γιατρός σας μπορεί να προσδιορίσει αν πάσχετε από βραδυκαρδία και, εφόσον ισχύει αυτό, πόσο έχει εξελιχθεί. Για να αποκλειστεί ή να επιβεβαιωθεί η διάγνωση της βραδυκαρδίας, ενδέχεται να ζητηθούν μία ή περισσότερες διαγνωστικές εξετάσεις, ανάλογα με το πιθανολογούμενο πρόβλημα καρδιακού ρυθμού.

Σε αυτές περιλαμβάνονται οι εξής:

- Ηλεκτροκαρδιογράφημα (ΗΚΓ)
- ΗΚΓ με σωματική άσκηση ή τεστ κοπώσεως (καταμετρά τον καρδιακό σας ρυθμό ενώ εμπλέκεστε σε σωματική δραστηριότητα)
- Holter ή συσκευή παρακολούθησης συμβάντων
- Εξωτερικός καταγραφέας αρρυθμιολογικών συμβάντων
- Εμφυτεύσιμη συσκευή καρδιακής παρακολούθησης
- Δοκιμασία ανακλίσεως
- Ηλεκτροφυσιολογική μελέτη (μελέτη EP)

# ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΒΡΑΔΥΚΑΡΔΙΑΣ

Ο τρόπος αντιμετώπισης της βραδυκαρδίας εξαρτάται από την αιτία της. Η βραδυκαρδία μπορεί να προκαλείται από υποδραστήριο θυρεοειδή (υποθυρεοειδισμός), ανισορροπία ηλεκτρολυτών ή φάρμακα που ενδέχεται να λαμβάνετε για ορισμένες παθήσεις. Με την αντιμετώπιση αυτών των προβλημάτων με νέα φάρμακα ή με την προσαρμογή των δόσεων των φαρμάκων που λαμβάνετε τη δεδομένη στιγμή, ενδέχεται να αποκατασταθεί ο φυσιολογικός καρδιακός παλμός.

Αν η ιατρική αντιμετώπιση αυτών των προβλημάτων δεν έχει αποτέλεσμα ή αν η βλάβη στο ηλεκτρικό σύστημα της καρδιάς κάνει την καρδιά σας να χτυπάει υπερβολικά αργά, τότε ενδέχεται να σας συνταγογραφηθεί βηματοδότης.

# ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΒΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣ;

Όταν κάποιος μιλάει για έναν βηματοδότη, στην ουσία αναφέρεται σε ένα σύστημα βηματοδότησης, το οποίο περιλαμβάνει τον βηματοδότη και τα ηλεκτρόδια.

- Ο παραδοσιακός **βηματοδότης** είναι μια μικρή συσκευή που εμφυτεύεται κάτω από το δέρμα, τυπικά ακριβώς κάτω από το οστό της κλείδας. Η συσκευή χορηγεί θεραπείες για την αντιμετώπιση ακανόνιστων, διακεκομμένων ή αργών καρδιακών παλμών
- **Τα ηλεκτρόδια** είναι λεπτά, μαλακά, μονωμένα σύρματα σε μέγεθος περίπου ενός μακαρονιού. Τα ηλεκτρόδια μεταφέρουν την ηλεκτρική ώση από τον βηματοδότη στην καρδιά σας και αναμεταδίδουν πληροφορίες σχετικά με τη φυσιολογική δραστηριότητα της καρδιάς πίσω στον βηματοδότη



Πρόσφατα έχουν αναπτυχθεί **βηματοδότες χωρίς ηλεκτρόδια**. Σε αντίθεση με τους παραδοσιακούς βηματοδότες, οι οποίοι τοποθετούνται στον θώρακα με ηλεκτρόδια που φτάνουν έως την καρδιά, εμφυτεύονται απευθείας στην καρδιά μέσω μιας φλέβας στο πόδι και είναι πλήρως αυτόνομοι μέσα στην καρδιά



Παραδοσιακός βηματοδότης και ηλεκτρόδιο



Βηματοδότης χωρίς ηλεκτρόδια



Βιταμίνη

## ΠΩΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ Ο ΒΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣ;

Ο βηματοδότης είναι σχεδιασμένος ώστε να μιμείται τον φυσιολογικό ρυθμό της καρδιάς όταν υπάρχουν διαταραχές, όπως παύσεις στον φυσιολογικό ρυθμό. Ο βηματοδότης έχει δύο κύριους σκοπούς: τη βηματοδότηση και την ανίχνευση.

**Βηματοδότηση** - Ο βηματοδότης αποστέλλει ηλεκτρική ώση προς την καρδιά όταν ο ρυθμός της ίδιας της καρδιάς είναι υπερβολικά αργός ή διακεκομμένος. Αυτή η ηλεκτρική ώση εκκινεί έναν καρδιακό παλμό.

**Ανίχνευση** - Ο βηματοδότης «ανιχνεύει» (παρακολουθεί) επίσης τη φυσιολογική ηλεκτρική δραστηριότητα της καρδιάς. Όταν ο βηματοδότης ανιχνεύει φυσιολογικό καρδιακό παλμό, δεν χορηγεί παλμό βηματοδότησης.



## Η ΜΠΑΤΑΡΙΑ ΤΟΥ ΒΗΜΑΤΟΔΟΤΗ

Η ενέργεια που χρειάζεται για να λειτουργήσει ο βηματοδότης προέρχεται από μια μπαταρία μέσα στον βηματοδότη. Η διάρκεια ζωής της μπαταρίας εξαρτάται από διάφορους παράγοντες. Μερικοί από αυτούς τους παράγοντες είναι μεταξύ άλλων ο τύπος του βηματοδότη που διαθέτετε, η φύση της καρδιακής σας πάθησης και η συχνότητα παροχής θεραπείας από τον βηματοδότη στην καρδιά σας.

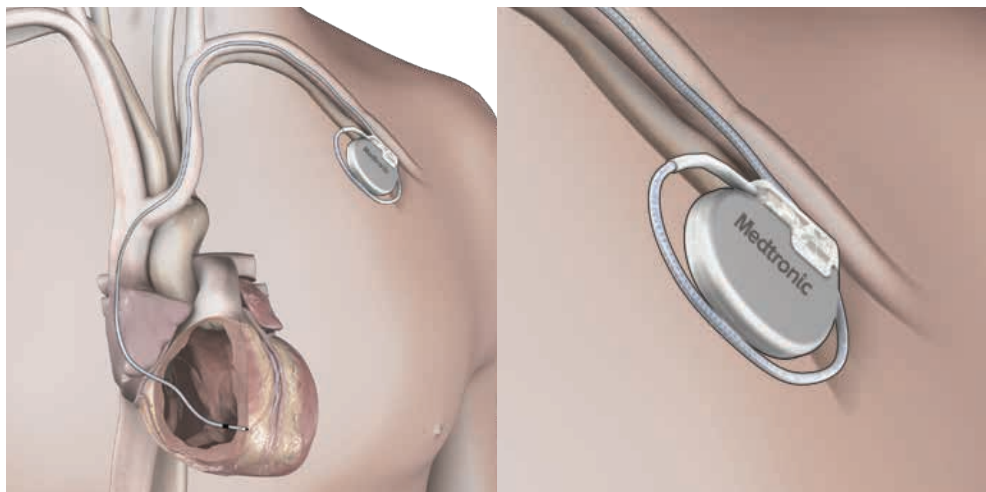
Η μπαταρία θα μπορούσε να διαρκέσει πάνω από 13 χρόνια<sup>1</sup>. Καθώς ο βηματοδότης λειτουργεί με τη χρήση μπαταρίας σφραγισμένης στο εσωτερικό της συσκευής, όταν η ισχύς της μπαταρίας πέσει σε χαμηλό επίπεδο, θα χρειαστεί να αντικατασταθεί ολόκληρη η συσκευή. Τα ηλεκτρόδια χρειάζονται αλλαγή μόνο σε εξαιρετικές περιπτώσεις.

## ΕΜΦΥΤΕΥΣΗ ΒΗΜΑΤΟΔΟΤΗ

Για την επέμβαση εμφύτευσης βηματοδότη δεν απαιτείται εγχείρηση ανοικτής καρδιάς και οι περισσότεροι ασθενείς επιστρέφουν στο σπίτι εντός 24 ωρών. Πριν από το χειρουργείο, ενδέχεται να σας χορηγηθούν φάρμακα που θα σας φέρουν ύστα και θα σας κάνουν να χαλαρώσετε. Γενικά, η επέμβαση εκτελείται υπό τοπική αναισθησία.

### ΓΕΝΙΚΑ ΒΗΜΑΤΑ ΕΠΕΜΒΑΣΗΣ ΕΜΦΥΤΕΥΣΗΣ:

- Πραγματοποιείται μια μικρή τομή, μήκους περίπου 5 έως 10 εκ., στην άνω περιοχή του θώρακά σας, ακριβώς κάτω από το οστό της κλείδας
- Ένα ή δύο ηλεκτρόδια καθοδηγούνται μέσω μιας φλέβας στην καρδιά σας και τα ηλεκτρόδια συνδέονται με τον βηματοδότη
  - Με τους **βηματοδότες μίας κοιλότητας** εισάγεται ένα ηλεκτρόδιο είτε στην κάτω δεξιά κοιλότητα (κοιλία) της καρδιάς είτε στην άνω δεξιά κοιλότητα (κόλπος) της καρδιάς
  - Με τους **βηματοδότες δύο κοιλοτήτων** εισάγεται ένα ηλεκτρόδιο στην άνω δεξιά κοιλότητα (κόλπος) της καρδιάς και ένα ηλεκτρόδιο στην κάτω δεξιά κοιλότητα (κοιλία) της καρδιάς
- Προγραμματίζονται οι ρυθμίσεις του βηματοδότη και η συσκευή δοκιμάζεται ώστε να διασφαλιστεί ότι λειτουργεί σωστά για την κάλυψη των ιατρικών σας αναγκών
- Ο βηματοδότης εισάγεται κάτω από το δέρμα σας και ακολουθεί σύγκλιση της τομής στον θώρακά σας



Μετά την επέμβαση, θα σας δοθεί μια **κάρτα ταυτότητας** βηματοδότη. Έχετε την πάντα μαζί σας, καθώς περιέχει σημαντικές πληροφορίες σχετικά με την εμφυτευμένη συσκευή.

**Δώστε στον εαυτό σας λίγες εβδομάδες για να συνηθίσετε τον βηματοδότη.**

Είναι σημαντικό να διατηρείτε την τομή σας στεγνή για τις πρώτες ημέρες ενώ επουλώνεται. Αποφεύγετε επίσης να φοράτε στενά ρούχα που θα μπορούσαν να ερεθίσουν την τομή σας. Δεν θα πρέπει να κινείτε τον αντίστοιχο ώμο πολύ έντονα κατά τις πρώτες ημέρες, ώστε να μην παρεμποδιστεί η διαδικασία της επούλωσης. Αποφεύγετε την άρση βαριών αντικειμένων. Μην κάνετε κυκλικές κινήσεις με τα χέρια σας, καθώς μπορεί να προκληθεί ανεπιθύμητη τάνυση των ηλεκτροδίων. Αν έχετε κάποια συγκεκριμένη απορία, συμβουλευτείτε τον γιατρό σας.

## ΕΠΕΜΒΑΣΗ ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Ο βηματοδότης έχει σχεδιαστεί ώστε να ενημερώνεται ο γιατρός σας όταν η ισχύς της μπαταρίας πέσει σε χαμηλό επίπεδο. Καθώς η μπαταρία αποτελεί ενσωματωμένο εξάρτημα του βηματοδότη, κατά τη διάρκεια της επέμβασης αντικατάστασης πρέπει να αντικατασταθεί ολόκληρος ο βηματοδότης. Ο χειρουργός πραγματοποιεί μια τομή πάνω από την προηγούμενη ουλή και αφαιρεί την παλιά συσκευή. Τα ηλεκτρόδια προσδένονται σταθερά και, αφού ελεγχθούν, μια νέα συσκευή συνδέεται, δοκιμάζεται και εισάγεται στον υπάρχοντα θύλακα του δέρματος. Τα ηλεκτρόδια χρειάζονται αλλαγή μόνο σε εξαιρετικές περιπτώσεις.

# ΜΕΤΕΠΕΙΤΑ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΑΙ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ

Ο γιατρός σας θα ορίσει επισκέψεις παρακολούθησης. Κατά τη διάρκεια αυτών των επισκέψεων παρακολούθησης, δεν θα πρέπει μόνο να αναφέρετε τα συμπτώματα που μπορεί να έχουν εμφανιστεί. Θα πρέπει επίσης να εκμεταλλευτείτε αυτήν την ευκαιρία για να θέσετε τυχόν ερωτήσεις και να μιλήσετε για τους προβληματισμούς και τους ενδεχόμενους φόβους σας.

Στο πλαίσιο των επισκέψεων παρακολούθησης μπορεί να γίνει σχολαστικός έλεγχος του βηματοδότη. Κατά τη διάρκεια αυτών των ελέγχων, ο γιατρός σας μπορεί:

- Να παρακολουθεί την κατάσταση της μπαταρίας της συσκευής βηματοδότη
- Να ελέγχει τα ηλεκτρόδια για προσδιορισμό του τρόπου λειτουργίας τους με τον βηματοδότη και την καρδιά σας
- Να εξετάζει και να προσαρμόζει (αν χρειάζεται) τις ρυθμίσεις της συσκευής σας για να διασφαλίσει ότι είναι κατάλληλα προγραμματισμένες για τις ιατρικές σας ανάγκες

Αυτό πραγματοποιείται μέσω ενός **προγραμματιστή**, ενός μικρού υπολογιστή ή tablet που υπάρχει στο ιατρείο. Ο γιατρός σας θα χρησιμοποιεί τον προγραμματιστή για να ανακτά πληροφορίες που έχουν αποθηκευτεί στον βηματοδότη σας.

Εκτός από αυτές τις επισκέψεις, θα πρέπει να καλείτε ή να επισκέπτεστε τον γιατρό σας αν η ουλή κοκκινίσει, πρηστεί ή υγρανθεί.

# ΑΠΟΜΑΚΡΥΣΜΕΝΗ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΤΟΥ ΒΗΜΑΤΟΔΟΤΗ

Κατανοούμε ότι είναι σημαντικό να παραμένετε σε επικοινωνία με την ομάδα φροντίδας σας από την άνεση του σπιτιού σας ή όποτε ταξιδεύετε. **Η απομακρυσμένη παρακολούθηση\*** παρέχει αυτήν την ευελιξία.

Στις μέρες μας, εκατομμύρια άνθρωποι που φέρουν εμφυτευμένες καρδιακές συσκευές παρακολουθούνται εξ αποστάσεως. Η απομακρυσμένη παρακολούθηση έχει αποδειχθεί ότι:

- Παρέχει ενημέρωση για τυχόν αλλαγές στον καρδιακό ρυθμό και στη συσκευή που χρήζουν προσοχής
- Μειώνει τις νοσηλείες και τις επισκέψεις στα τμήματα επειγόντων περιστατικών
- Βελτιώνει την ποιότητα ζωής
- Παρέχει αίσθηση ασφάλειας και ηρεμίας

## ΠΩΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ Η ΑΠΟΜΑΚΡΥΣΜΕΝΗ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ

Χρησιμοποιείται ένα μικρό **παρακλίνο σύστημα παρακολούθησης ή μια εφαρμογή στο smartphone/tablet σας** για την αποστολή πληροφοριών από τον βηματοδότη προς την κλινική. Ανάλογα με τον βηματοδότη σας, είτε θα αποστέλλετε εσείς πληροφορίες μέσω του συστήματος παρακολούθησης όταν σας το ζητάει ο γιατρός σας είτε οι πληροφορίες θα αποστέλλονται αυτόματα όταν αυτό έχει προγραμματιστεί από τον γιατρό σας. Μόλις ληφθούν αυτές οι πληροφορίες, η κλινική μπορεί να τις ελέγξει σε έναν ασφαλή ιστότοπο. Η απομακρυσμένη παρακολούθηση παρέχει εύκολη πρόσβαση σε πληροφορίες που επιτρέπουν στον γιατρό σας:

- Να διαχειρίζεται την καρδιακή σας πάθηση
- Να παρακολουθεί την εμφυτευμένη καρδιακή σας συσκευή
- Να λαμβάνει πληροφορίες από την εμφυτευμένη καρδιακή σας συσκευή όταν υπάρχει ανάγκη

Ο βηματοδότης διαθέτει ενσωματωμένους ασφαλιστικούς μηχανισμούς που προστατεύουν τη συσκευή και τα δεδομένα της και αποτρέπουν την πρόσβαση από τρίτους (ηλεκτρονική παρείσφρηση, κοινώς «χακάρισμα»). Ο βηματοδότης σας κρυπτογραφεί τυχόν δεδομένα που αποστέλλει στην κλινική. Ο βηματοδότης μπορεί να προγραμματιστεί μόνο από τον γιατρό σας με χρήση του προγραμματιστή στο ιατρείο του.

\* υπόκειται στην τοπική διαθεσιμότητα

# ΠΡΟΣΒΑΣΗ ΣΕ ΜΑΓΝΗΤΙΚΕΣ ΤΟΜΟΓΡΑΦΙΕΣ

Η μαγνητική τομογραφία (MRI) είναι ένας τύπος διαγνωστικού ελέγχου με τον οποίο δημιουργείται μια εσωτερική εικόνα του σώματος. Παραδοσιακά, οι περισσότεροι βηματοδότες δεν θεωρούνται ασφαλείς σε περιβάλλον μαγνητικής τομογραφίας, επειδή η μαγνητική τομογραφία θα μπορούσε να αλλάξει τις ρυθμίσεις, να επηρεάσει προσωρινά την κανονική λειτουργία ή ενδεχομένως να προκαλέσει βλάβη στον βηματοδότη. Οι πρόσφατοι βηματοδότες της Medtronic είναι εγκεκριμένοι για χρήση σε περιβάλλον μαγνητικής τομογραφίας, καθώς διαθέτουν μοναδικό σχεδιασμό αναπτυγμένο έτσι ώστε υπό συγκεκριμένες προϋποθέσεις να είναι δυνατή η ασφαλής πραγματοποίηση μαγνητικών τομογραφιών.

Ο γιατρός σας θα πρέπει να συζητήσει μαζί σας όλα τα πιθανά οφέλη και τους κινδύνους μιας εξέτασης MRI.



# Ο ΒΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣ ΣΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΣΑΣ ΖΩΗ

Οι περισσότεροι προσαρμόζονται ταχύτατα στον βηματοδότη. Εφόσον η τομή επουλωθεί πλήρως, δεν υπάρχει κανένα πρόβλημα να κάνετε περιπάτους, εργασίες στον κήπο, άθληση ή μπάνιο. Ωστόσο, ενδέχεται να υπάρχουν ορισμένες δραστηριότητες που ο γιατρός σας θα σας ζητήσει να αποφεύγετε, όπως αθλήματα με έντονη σωματική επαφή. Φροντίστε να συζητήσετε τους στόχους σας για τις δραστηριότητες και τον τρόπο ζωής σας με τον γιατρό σας ώστε να βρείτε ένα σχέδιο που λειτουργεί καλύτερα για εσάς.

Μιλήστε με την οικογένεια και τους φίλους σας για τον βηματοδότη, καθώς με αυτόν τον τρόπο μπορεί να νιώσετε μεγαλύτερη ασφάλεια.

Πολύτιμη βοήθεια μπορεί να παρασχεθεί από ομάδες υποστήριξης και συλλόγους.

Οι βηματοδότες κατασκευάζονται με προστατευτικές θωρακίσεις, επομένως η πλειονότητα των αντικειμένων που χρησιμοποιείτε ή με τα οποία έρχεστε σε επαφή δεν θα επηρεάζουν την κανονική λειτουργία του βηματοδότη.

Ωστόσο, τα αντικείμενα που παράγουν ή χρησιμοποιούν ηλεκτρισμό ή που μεταδίδουν ασύρματα σήματα περιβάλλονται από ηλεκτρομαγνητικά πεδία. **Ηλεκτρομαγνητική συμβατότητα** είναι η σχέση μεταξύ αυτών των ηλεκτρομαγνητικών πεδίων και του βηματοδότη σας. Αν τα ηλεκτρομαγνητικά πεδία που περιβάλλουν ένα αντικείμενο βρίσκονται πολύ κοντά στον βηματοδότη -και η συσκευή σας τυγχάνει να ανιχνεύσει αυτά τα πεδία- αυτό ενδέχεται να επηρεάσει προσωρινά την κανονική λειτουργία του. Για τον λόγο αυτό, συνιστούμε να χρησιμοποιείτε μόνο αντικείμενα που βρίσκονται σε καλή κατάσταση λειτουργίας. Επιπλέον, συνιστούμε να διατηρείτε ελάχιστη απόσταση μεταξύ ορισμένων αντικειμένων και του βηματοδότη. Με αυτόν τον τρόπο θα αποφεύγετε τυχόν προσωρινές επιδράσεις στην καρδιακή σας συσκευή.

## **Τι πρέπει να κάνετε αν νομίζετε ότι κάποιο αντικείμενο επηρεάζει την καρδιακή σας συσκευή;**

Αν νιώθετε ζάλη, τάση για λιποθυμία ή αλλαγή στον καρδιακό ρυθμό, απλά αφήστε ό,τι αγγίζετε ή απομακρυνθείτε από αυτό. Οποιαδήποτε προσωρινή επίδραση δεν είναι πιθανό να προκαλέσει επαναπρογραμματισμό ή βλάβη στον βηματοδότη. Η συσκευή σας έχει σχεδιαστεί ώστε να επιστρέφει σε κανονική λειτουργία. Αν, φυσικά, τα συμπτώματά σας συνεχίζουν ή δεν βελτιώνονται, επικοινωνήστε με τον γιατρό σας το συντομότερο δυνατόν.

# ΣΥΝΗΘΕΙΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

## ΧΡΗΣΗ ΚΙΝΗΤΟΥ ΤΗΛΕΦΩΝΟΥ

Η χρήση κινητών συσκευών είναι ασφαλής, εφόσον διατηρείτε κατάλληλη απόσταση μεταξύ αυτών και του βηματοδότη. Όταν χρησιμοποιείτε κινητό τηλέφωνο, υπολογιστή tablet ή άλλη φορητή συσκευή, διατηρείτε τη συσκευή σε απόσταση 15 εκατοστών/6 ιντσών από τον βηματοδότη, καθώς θα μπορούσαν να δημιουργηθούν παρεμβολές. Συνιστάται να χρησιμοποιείτε το τηλέφωνό σας στο αντίθετο αυτί από τον βηματοδότη και να αποφεύγετε την τοποθέτηση του κινητού τηλεφώνου σε τσέπη κοντά στον βηματοδότη.

## ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Ο στόχος είναι να έχετε μια φυσιολογική ζωή το συντομότερο δυνατόν. Γενικά, η συσκευή σας δεν θα σας κρατήσει μακριά από τις περισσότερες **δραστηριότητες και τις αγαπημένες ασχολίες σας** (π.χ. μπόουλινγκ, γκολφ, τένις, κηπουρική, ψάρεμα κ.λπ.) Ωστόσο θα πρέπει πάντα να συζητάτε την υποκείμενη πάθησή σας μαζί με τον γιατρό σας για επιβεβαίωση.

Οι περισσότεροι ασθενείς μπορούν να επιστρέψουν στην **εργασία** τους μετά την εμφύτευση της συσκευής. Αυτήν την απόφαση θα τη λάβετε εσείς και ο γιατρός σας. Ο χρόνος εξαρτάται από πολλά πράγματα, όπως η φύση της εργασίας σας.

Οι **προσωπικές στιγμές** αποτελούν φυσιολογικό μέρος της ζωής. Κατανοούμε ότι οι άνθρωποι συνεχίζουν τη σεξουαλική τους δραστηριότητα όταν αισθανθούν άνετα.

## ΑΝΤΙΚΛΕΠΤΙΚΟΙ ΑΝΙΧΝΕΥΤΕΣ ΚΑΙ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΑΕΡΟΔΡΟΜΙΟΥ

Ο βηματοδότης δεν είναι πιθανό να επηρεαστεί από ανιχνευτές μετάλλων (πύλες ανίχνευσης και ράβδοι χειρός) ή σαρωτές απεικόνισης πλήρους σώματος (ονομάζονται επίσης σαρωτές χιλιοστομετρικών κυμάτων και σαρωτές τρισδιάστατης απεικόνισης), όπως εκείνους που υπάρχουν στα αεροδρόμια. Για να ελαχιστοποιηθεί ο κίνδυνος προσωρινών παρεμβολών στον βηματοδότη κατά τη διαδικασία ελέγχου ασφαλείας, μη σταματάτε ή κοντοστέκεστε στην πύλη ανίχνευσης, απλώς περάστε από την πύλη περπατώντας με κανονικό ρυθμό. Αν χρησιμοποιηθεί ράβδος χειρός, ζητήστε από τον υπεύθυνο ασφαλείας να μην την κρατήσει επάνω από την εμφυτευμένη συσκευή σας και να μην την κραδαίνει επάνω από τον βηματοδότη σας. Μπορείτε επίσης να ζητήσετε σωματική έρευνα με τα χέρια ως εναλλακτική.

Αν έχετε προβληματισμούς σχετικά με αυτές τις μεθόδους ελέγχου ασφαλείας, δείξτε την κάρτα ταυτότητας της συσκευής σας, ζητήστε εναλλακτικό τρόπο ελέγχου και, στη συνέχεια, ακολουθήστε τις οδηγίες του προσωπικού ασφαλείας.

## ΤΑΞΙΔΙΑ

Πριν από μεγάλα ταξίδια, συμβουλευέστε τον γιατρό σας. Αυτός μπορεί να σας παράσχει διευθύνσεις νοσοκομείων στις χώρες που επισκέπτεστε σε περίπτωση που χρειαστεί να βρείτε ένα νοσοκομείο σε έκτακτη περίπτωση. Μπορεί επίσης να σας βοηθήσει να βρείτε έναν καρδιολόγο στα συγκεκριμένα νοσοκομεία για επίσκεψη παρακολούθησης αν χρειαστεί.

## ΟΔΗΓΗΣΗ

Συζητήστε με τον γιατρό σας για τους περιορισμούς που ενδέχεται να ισχύουν για εσάς.

## ΟΙΚΙΑΚΕΣ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

Οι περισσότερες οικιακές συσκευές είναι ασφαλείς για χρήση εφόσον συντηρούνται σωστά και βρίσκονται σε καλή κατάσταση λειτουργίας. Σε αυτές περιλαμβάνονται φούρνοι μικροκυμάτων, μεγάλες συσκευές, ηλεκτρικές κουβέρτες και θερμαντικά επιθέματα.

## ΜΑΓΝΗΤΕΣ

Παρότι τα περισσότερα ηλεκτρομαγνητικά πεδία στο οικιακό περιβάλλον σπάνια επηρεάζουν τη λειτουργία του βηματοδότη, συνιστάται να διατηρείτε τυχόν αντικείμενα που περιέχουν μαγνήτες μακριά (τουλάχιστον 15 εκατοστά/6 ίντσες) από τη συσκευή σας, καθώς μπορούν να επηρεάσουν προσωρινά τη λειτουργία του βηματοδότη. Ενδέχεται να μη γνωρίζετε πάντα αν ένα αντικείμενο περιέχει μαγνήτη. Αν, ωστόσο, χρησιμοποιείτε τα οικιακά είδη όπως προβλέπεται και τα συντηρείτε σωστά, δεν θα πρέπει να έχουν καμία επίδραση στη συσκευή σας. Σε αυτά περιλαμβάνονται φούρνοι μικροκυμάτων, συσκευές κουζίνας, ασύρματα τηλέφωνα, ραδιόφωνα, τηλεοράσεις, βιντεοπαιχνίδια, συσκευές αναπαραγωγής CD, στεγνωτήρες μαλλιών, ηλεκτρικές ξυριστικές μηχανές, ηλεκτρικές οδοντόβουρτσες, ηλεκτρικές κουβέρτες, φυσητήρες φύλλων, χλοοκοπτικά, συστήματα ανοίγματος πόρτας γκαράζ, υπολογιστές, παιδικά παιχνίδια και μικροεργαλεία.



Αν τοποθετήσετε κατά λάθος έναν μαγνήτη πολύ κοντά στον βηματοδότη, απλώς απομακρύνετε το αντικείμενο.

Με την απομάκρυνση του μαγνήτη, ο βηματοδότης επιστρέφει στον προηγούμενο, κανονικό προγραμματισμό του. Η χρήση μαγνητικών καλυμμάτων στρώματος και μαξιλαριών δεν συνιστάται, καθώς είναι δύσκολο να διατηρηθεί διαχωρισμός 15 εκατοστών/6 ιντσών από τη συσκευή σας.

## ΗΛΕΚΤΡΟΣΥΓΚΟΛΛΗΣΗ ΚΑΙ ΑΛΥΣΟΠΡΙΟΝΑ

Σε αντίθεση με τα περισσότερα άλλα οικιακά ηλεκτρικά εργαλεία, η ηλεκτροσυγκόλληση με ρεύματα άνω των 160 Amp ενδέχεται να έχει υψηλότερη τάση να επηρεάσει προσωρινά την κανονική λειτουργία του βηματοδότη.

Συνιστάται να αποφεύγετε τη χρήση ρευμάτων ηλεκτροσυγκόλλησης άνω των 160 Amp.

Τηρείτε τις προφυλάξεις ασφαλείας που ακολουθούν, για να ελαχιστοποιήσετε τον κίνδυνο παρεμβολών στον βηματοδότη κατά την ηλεκτροσυγκόλληση με ρεύματα κάτω των 160 Amp.

- Εργάζεστε σε ξηρούς χώρους φορώντας στεγνά γάντια και υποδήματα
- Διατηρείτε απόσταση 60 εκατοστών (2 ποδιών) μεταξύ του τόξου ηλεκτροσυγκόλλησης και της συσκευής σας
- Διατηρείτε τα καλώδια ηλεκτροσυγκόλλησης σε κοντινή απόσταση μεταξύ τους και όσο το δυνατόν πιο μακριά από την καρδιακή σας συσκευή. Τοποθετείτε τη μονάδα ηλεκτροσυγκόλλησης σε απόσταση περίπου 1,5 μέτρων/5 ποδιών από τον χώρο εργασίας
- Συνδέετε τον σφικκτήρα γείωσης στο μέταλλο όσο το δυνατόν πλησιέστερα στο σημείο ηλεκτροσυγκόλλησης. Διευθετείτε την εργασία έτσι ώστε η λαβή και η ράβδος να μην έρθουν σε επαφή με το μέταλλο που συγκολλάται αν πέσουν κατά λάθος
- Περιμένετε μερικά δευτερόλεπτα μεταξύ των προσπαθειών σας όταν δυσκολεύεστε να θέσετε σε λειτουργία ένα μηχάνημα ηλεκτροσυγκόλλησης
- Εργάζεστε σε χώρο που προσφέρει σταθερό πάτημα και άφθονο χώρο για να κινείστε
- Εργάζεστε μαζί με ένα ενημερωμένο άτομο που κατανοεί αυτές τις προτάσεις

Καθώς ο εξοπλισμός ηλεκτροσυγκόλλησης ενδέχεται να επηρεάσει προσωρινά την κανονική λειτουργία της καρδιακής σας συσκευής, οποιαδήποτε απόφαση λάβετε για χρήση αυτού του εξοπλισμού θα πρέπει να λαμβάνεται σε συνεννόηση με τον καρδιολόγο σας.

Ο γιατρός σας μπορεί να σας συμβουλευτεί σχετικά με τον βαθμό του κινδύνου που επιφέρουν αυτές οι ανταποκρίσεις για την ιατρική σας πάθηση. Οι ποδιές ή τα γιλέκα δεν θωρακίζουν αποτελεσματικά τη συσκευή σας από την ηλεκτρομαγνητική ενέργεια που παράγεται από τον εξοπλισμό ηλεκτροσυγκόλλησης.

Η ηλεκτρομαγνητική ενέργεια που παράγεται από ένα αλυσοπρίονο είναι παρόμοια με εκείνη άλλων ηλεκτροκίνητων και βενζινοκίνητων εργαλείων. Αν προκύψουν ηλεκτρομαγνητικές παρεμβολές στον βηματοδότη και παρουσιάσετε συμπτώματα όπως ζάλη ή τάση για λιποθυμία, ένα αλυσοπρίονο σε λειτουργία μπορεί να σας θέσει σε μεγαλύτερο κίνδυνο τραυματισμού από άλλα ηλεκτρικά εργαλεία.

Ακολουθείτε τις προφυλάξεις ασφαλείας παρακάτω, για να ελαχιστοποιήσετε τον κίνδυνο παρεμβολών στον βηματοδότη κατά τη χρήση αλυσοπρίονου:

- Διατηρείτε απόσταση 15 εκατοστών/6 ιντσών μεταξύ του μοτέρ ενός ηλεκτρικού αλυσοπρίονου και του βηματοδότη. Επίσης, διασφαλίζετε ότι ο εξοπλισμός φέρει κατάλληλη γείωση.
- Διατηρείτε απόσταση 30 εκατοστών/12 ιντσών μεταξύ των εξαρτημάτων του συστήματος ανάφλεξης ενός βενζινοκίνητου αλυσοπρίονου και του βηματοδότη. Επιπλέον, είναι καλύτερο να χρησιμοποιείτε αλυσοπρίονο κατασκευασμένο με τον σπινθηριστή μακριά από τις χειρολαβές
- Διακόψτε αμέσως την κοπή και απενεργοποιήστε το αλυσοπρίονο αν αρχίσετε να νιώθετε τάση για λιποθυμία ή ζάλη
- Μην εργάζεστε στον κινητήρα όσο λειτουργεί
- Μην αγγίζετε το πηνίο, τον διανομέα ή τα καλώδια του σπινθηριστή ενός κινητήρα που βρίσκεται σε λειτουργία



# ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΕΣ ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ

Στους ακόλουθους πίνακες παρέχεται μια σύνοψη των συνιστώμενων προφυλάξεων για διαφορετικές κατηγορίες:

- Οικιακά είδη και αντικείμενα αγαπημένων ασχολιών
- Εργαλεία και βιομηχανικός εξοπλισμός
- Εξοπλισμός επικοινωνίας και γραφείου
- Ιατρικές και οδοντιατρικές επεμβάσεις

## ΟΙΚΙΑΚΑ ΕΙΔΗ ΚΑΙ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ ΑΓΑΠΗΜΕΝΩΝ ΑΣΧΟΛΙΩΝ

Τα περισσότερα οικιακά είδη και αντικείμενα αγαπημένων ασχολιών δεν είναι πιθανό να επηρεάσουν την καρδιακή σας συσκευή όταν βρίσκονται σε καλή κατάσταση λειτουργίας, χρησιμοποιούνται όπως προβλέπεται και εφόσον διατηρούνται οι συνιστώμενες αποστάσεις. Για τα αντικείμενα που μεταδίδουν ισχύ μέσω κεραίας, συνιστάται να τηρείτε τις αποστάσεις που επισημαίνονται μεταξύ της κεραίας και της εμφυτευμένης καρδιακής σας συσκευής.

## ΕΙΔΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ

**Διατηρείτε τουλάχιστον τη συνιστώμενη απόσταση μεταξύ του αντικειμένου και της καρδιακής σας συσκευής:**

### Απόσταση 30 εκατοστών/12 ιντσών

- Αυτοκίνητο/Μοτοσικλέτα – από τα εξαρτήματα του συστήματος ανάφλεξης
- Ηλεκτρική περίφραξη
- Κιβώτιο μετασχηματιστή (πράσινο κιβώτιο στην αυλή)

### Απόσταση 60 εκατοστών/2 ποδιών

- Ανιχνευτής μετάλλων-αντικειμένων σε παραλίες – από την κεφαλή του ανιχνευτή
- Επαγωγικές εστίες μαγειρικής

### Δεν συνιστώνται

- Μηχάνημα διέγερσης κοιλιακών
- Ηλεκτρονική ζυγαριά σωματικού λίπους
- Μαγνητικό κάλυμμα στρώματος/μαξιλάρι

### **Διατηρείτε τουλάχιστον απόσταση 15 εκατοστών/6 ιντσών μεταξύ του αντικείμενου και της καρδιακής σας συσκευής:**

- Ηλεκτρικό καροτσάκι για ψώνια/αυτοκινητάκι του γκολφ – από το μοτέρ
- Ηλεκτρικές συσκευές κουζίνας – χειρός (ηλεκτρικό μίξερ ή μαχαίρι)
- Ηλεκτρονική περίφραξη περιορισμού κατοικιδίων – από το κολάρο, το τηλεχειριστήριο και την κεραία βάσης
- Ηλεκτρική ξυριστική μηχανή – ενσύρματη
- Βάση φόρτισης ηλεκτρικής οδοντόβουρτσας
- Ποδήλατο γυμναστικής – από τον μαγνήτη στον τροχό
- Στεγνωτήρας μαλλιών – χειρός
- Συσκευή χειρός για μασάζ
- Μαγνητικά θεραπευτικά προϊόντα
- Ασύρματα ελεγχόμενα αντικείμενα – από την κεραία
- Ραπτομηχανή/Κοπτοραπτικό – από το μοτέρ
- Μικρός μαγνήτης (οικιακός μαγνήτης)
- Ηχεία
- Μηχάνημα δερματοστιξίας
- Διάδρομος γυμναστικής – από το μοτέρ
- Συσκευή ελέγχου τρωκτικών και παρασίτων με υπερήχους
- Ηλεκτρική σκούπα – από το μοτέρ

**Αν το αντικείμενο χρησιμοποιείται όπως προβλέπεται και βρίσκεται σε καλή κατάσταση λειτουργίας, δεν υπάρχει κανένας γνωστός κίνδυνος:**

- Φορτιστής μπαταριών – για μπαταρίες οικιακής χρήσης
- Κουλοχέρης σε καζίνο
- Συσκευή αναπαραγωγής ή εγγραφής CD/DVD
- Σίδερο για μπουκλες
- Πλυντήριο πιάτων
- Ηλεκτρική κουβέρτα
- Ηλεκτρική κιθάρα
- Ηλεκτρική οδοντόβουρτσα
- Ηλεκτρονική ζυγαριά
- Σύστημα ανοίγματος πόρτας γκαράζ
- Ισωτικό μαλλιών
- Θερμαντικό επίθεμα
- Τζακούζι
- Φίλτρο αέρα ιονισμού
- Σίδερο
- Συσκευές κουζίνας – μικρές και μεγάλες (μπλέντερ, ανοιχτήρι για κονσέρβες, ψυγείο, εστίες, φρυγανιέρα)
- Καλώδια ισχύος χαμηλής τάσης οικιακών δικτύων
- Καρέκλα/Μαξιλάρι μασάζ
- Κολιέ για έκτακτη ιατρική ανάγκη
- Φούρνος μικροκυμάτων
- Τηλεχειριστήριο (συσκευή αναπαραγωγής CD, DVD, τηλεόραση)
- Στεγνωτήρας μαλλιών κομμωτηρίου
- Σάουνα
- Ξυριστική/Κουρευτική μηχανή – μπαταρίας
- Σολάριουμ
- Τηλεόραση

## ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Είναι σημαντικό τα ηλεκτρικά εργαλεία σας ή/και ο εξοπλισμός σας να βρίσκονται σε καλή κατάσταση λειτουργίας, να είναι σωστά συνδεδεμένα με καλώδια (βύσμα τριών ακίδων, αν εφαρμόζεται) και να χρησιμοποιούνται όπως προβλέπεται από τον κατασκευαστή κάθε προϊόντος. Συνιστάται τα ενσύρματα ηλεκτρικά αντικείμενα να συνδέονται σε συσκευή εξόδου ασφαλείας που ονομάζεται διακόπτης κυκλώματος βλάβης γείωσης (GFCI ή GFI).

### ΕΙΔΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ

**Διατηρείτε τουλάχιστον τη συνιστώμενη απόσταση μεταξύ του αντικειμένου και της καρδιακής σας συσκευής:**

#### Απόσταση 30 εκατοστών/12 ιντσών

- Κινητήρας σκάφους
- Φορτιστής μπαταριών αυτοκινήτου
- Συστήματα ανάφλεξης βενζίνης – από τα εξαρτήματα του συστήματος ανάφλεξης
- Βενζινοκίνητα εργαλεία – από τα εξαρτήματα του συστήματος ανάφλεξης (κουρευτική μηχανή γκαζόν, φυσητήρας χιονιού, χλοοκοπτικό, αλυσοπρίονο)

#### Απόσταση 60 εκατοστών/2 ποδιών

- Εργαλεία πάγκου/αυτόνομα – για μοτέρ 400 ή λιγότερων ίππων (αεροσυμπιεστής, πρέσες διάτρησης, τροχός, πιεστικό πλύσης, επιτραπέζιο πριόνι)
- Καλώδια βραχυκυκλωτήρα
- Εξοπλισμός ηλεκτροσυγκόλλησης (με ρεύματα κάτω από 160 Amp)

#### Δεν συνιστώνται

- Εξοπλισμός ηλεκτροσυγκόλλησης (με ρεύματα άνω των 160 Amp)

**Διατηρείτε τουλάχιστον απόσταση 15 εκατοστών/6 ιντσών μεταξύ του αντικειμένου και της καρδιακής σας συσκευής:**

- Κυκλικό πριόνι – δισκοπρίονο
- Τρυπάνια – μπαταρίας και ηλεκτροκίνητα
- Ηλεκτρικό αλυσοπρίονο
- Τροχός (χειρός)
- Θαμνοκοπτικό – ηλεκτροκίνητο
- Κουρευτική μηχανή γκαζόν – ηλεκτροκίνητη
- Φουσητήρας φύλλων – ηλεκτροκίνητος
- Παλινδρομικό πριόνι (Sawzall™\*)
- Δρομολογητής
- Τριβείο
- Κατσαβίδι – μπαταρίας
- Πιστόλι συγκόλλησης
- Χλοοκοπτικό – ηλεκτροκίνητο



## ΚΑΝΕΝΑΣ ΓΝΩΣΤΟΣ ΚΙΝΔΥΝΟΣ

**Αν το αντικείμενο χρησιμοποιείται όπως προβλέπεται και βρίσκεται σε καλή κατάσταση λειτουργίας, δεν υπάρχει κανένας γνωστός κίνδυνος:**

- Παχύμετρα – μπαταρίας
- Φακός – μπαταρίας
- Αλφάδι λείζερ
- Σίδερο συγκόλλησης
- Συσκευή εντοπισμού καρφιών

## ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΚΑΙ ΓΡΑΦΕΙΟΥ

Στις κατευθυντήριες γραμμές για την ασφαλή λειτουργία του εξοπλισμού επικοινωνίας και γραφείου περιλαμβάνονται παράγοντες όπως η ισχύς μετάδοσης, η συχνότητα και ο τύπος κεραίας. Για τα αντικείμενα που μεταδίδουν ασύρματα σήματα μέσω κεραίας, συνιστάται να τηρείτε τις αποστάσεις που επισημαίνονται μεταξύ της κεραίας και της εμφυτευμένης καρδιακής σας συσκευής.

### ΕΙΔΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ

**Διατηρείτε τουλάχιστον τη συνιστώμενη απόσταση μεταξύ του αντικειμένου και της καρδιακής σας συσκευής:**

#### Απόσταση 30 εκατοστών/12 ιντσών

- Ερασιτεχνικό ραδιόφωνο, ερασιτεχνικός πομποδέκτης, ναυτιλιακός ασύρματος, φορητός ασύρματος -μεταξύ 3-15 Watt – από την κεραία
- Ασύρματος ζώνης συχνοτήτων πολιτών (CB) -5 Watt ή λιγότερο – από την κεραία
- Σύστημα αδιάλειπτης παροχής ισχύος (UPS)

#### Απόσταση 60 εκατοστών/2 ποδιών

- Ερασιτεχνικό ραδιόφωνο, ερασιτεχνικός πομποδέκτης, ναυτιλιακός ασύρματος, φορητός ασύρματος -μεταξύ 15-30 Watt – από την κεραία

## ΕΛΑΧΙΣΤΟΣ ΚΙΝΔΥΝΟΣ

**Διατηρείτε τουλάχιστον απόσταση 15 εκατοστών/6 ιντσών μεταξύ του αντικειμένου και της καρδιακής σας συσκευής:**

- Ερασιτεχνικό ραδιόφωνο, ερασιτεχνικός πομποδέκτης, ναυτιλιακός ασύρματος, φορητός ασύρματος -3 Watt ή λιγότερο – από την κεραία
- Κινητό τηλέφωνο -3 Watt ή λιγότερο – από την κεραία
- Μονάδα αποστολής ασύρματος ηχείου (δηλ. T V Ears™\*)
- Ψηφιακή συσκευή αναπαραγωγής μουσικής (iPod™\*) – σε μετάδοση
- Μαγικά βραχιόλια Disney (6" από τη συσκευή ανάγνωσης, το ίδιο το βραχιόλι δεν παρουσιάζει γνωστό κίνδυνο)
- Ηλεκτρονικές συσκευές ανάγνωσης
- Ηλεκτρονικά tablet (δηλ. Kindle™\*, iPad™\*, Surface™\*)
- Οικιακά ασύρματα ηλεκτρονικά συστήματα – από την κεραία
- Τεχνολογία On Star™\* – από την κεραία
- Τηλεχειριστήριο εισόδου χωρίς κλειδί – μπρελόκ κλειδιού (όπως Smart Key)
- Σύστημα απομακρυσμένης εκκίνησης αυτοκινήτου
- Έξυπνος μετρητής (υπηρεσίες κοινής ωφέλειας)
- Επιτοίχιος σαρωτής σήματος ασφαλείας
- Ασύρματες συσκευές επικοινωνίας (υπολογιστές, ακουστικά, μόντεμ, δρομολογητές, έξυπνα τηλέφωνα, Bluetooth™\*)
- Ασύρματοι ελεγκτές (κονσόλες βιντεοπαιχνιδιών, Xbox™\*, Playstation™\*, Nintendo™\*)

**Αν το αντικείμενο χρησιμοποιείται όπως προβλέπεται και βρίσκεται σε καλή κατάσταση λειτουργίας, δεν υπάρχει κανένας γνωστός κίνδυνος:**

- Βραχιόλια σωματικής δραστηριότητας (FitBit™\*, Body Bug™\*, Nike+™\*, Jawbone™\*)
- Αριθμομηχανή
- Φωτοαντιγραφικό μηχάνημα
- Επιτραπέζιος/Φορητός υπολογιστής
- Ψηφιακή συσκευή αναπαραγωγής μουσικής (iPod™\*) – εκτός μετάδοσης
- Μηχάνημα φαξ
- Παγκόσμιο σύστημα στιγματοθέτησης (GPS)
- Σαρωτής ραβδωτού κώδικα
- Μενταγιόν για έκτακτη ιατρική ανάγκη
- Εκτυπωτής
- Ραδιόφωνο AM/FM
- Σαρωτής

## ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΚΑΙ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΠΕΜΒΑΣΕΙΣ

Πολλές ιατρικές επεμβάσεις δεν επηρεάζουν την καρδιακή σας συσκευή. Ορισμένες, ωστόσο, ιατρικές επεμβάσεις μπορούν να προκαλέσουν σοβαρό τραυματισμό, ζημιά στην καρδιακή σας συσκευή ή δυσλειτουργία της συσκευής. Προτού υποβληθείτε σε οποιαδήποτε ιατρική επέμβαση, συνιστάται να ενημερώνετε τον θεράποντα ιατρό ή τον οδοντίατρό σας ότι φέρετε εμφυτευμένη καρδιακή συσκευή και να συμβουλευέστε τον καρδιολόγο σας για την αξιολόγηση τυχόν πιθανού συσχετιζόμενου κινδύνου.

### ΔΕΝ ΣΥΝΙΣΤΩΝΤΑΙ

- Διαθερμία (υψηλής συχνότητας, βραχέων κυμάτων και μικροκυμάτων)
- MRA (Αγγειογραφία μαγνητικού συντονισμού) για συσκευές που δεν είναι κατάλληλες για μαγνητικό συντονισμό υπό προϋποθέσεις
- Μαγνητική τομογραφία\*
- Εικονική κολονοσκόπηση με μαγνητική τομογραφία\* για συσκευές που δεν είναι κατάλληλες για μαγνητικό συντονισμό υπό προϋποθέσεις

**Ενημερώνετε τον θεράποντα ιατρό σας ότι φέρετε εμφυτευμένη καρδιακή συσκευή ή/και συμβουλευέστε τον καρδιολόγο/την κλινική. Ιατρικές επεμβάσεις για τις οποίες απαιτούνται ορισμένες προφυλάξεις:**

- Κατάλυση (συγκεκριμένα, κατάλυση με μικροκύματα και κατάλυση με ραδιοσυχνότητες)
- Βελονισμός με διέγερση μέσω εναλλασσόμενου ρεύματος AC
- Καυτηριασμός με πλάσμα αργού
- Εξοπλισμός διηλεκτρικής στεγανοποίησης σάκου αίματος
- Διεγέρτης οστικής ανάπτυξης εναλλασσόμενου μαγνητικού πεδίου
- Διεγέρτης οστικής ανάπτυξης εισαγωγής εναλλασσόμενου ρεύματος
- Κολονοσκόπηση – αφαίρεση πολυπόδων
- Υπολογιστική αξονική τομογραφία (σάρωση CT ή CAT)
- ECT (Ηλεκτροσπασμοθεραπεία)
- Ηλεκτρόλυση
- Ηλεκτροχειρουργική και άλλες επεμβάσεις που χρησιμοποιούν ηλεκτρική μήλη για έλεγχο αιμορραγίας, τομή ιστού ή απομάκρυνση ιστού
- Ηλεκτρομυογραφία EMG – αυτοματοποιημένη ακολουθία
- Ηλεκτρομυογραφία EMG – ενός ερεθίσματος
- Εξωτερική απινίδωση, AED και επιλεκτική καρδιομετατροπή
- Συσκευή hyfrecator
- Θεραπεία με υπερβαρικό οξυγόνο (HBOT)
- Θεραπεία με παρεμβαλλόμενο ηλεκτρικό ρεύμα
- Λιθοτριψία
- Μαγνητική θεραπεία
- MET (Ηλεκτρική θεραπεία με μικρορρέυματα) Alpha-Stim 100™\*

- Μηχανικός αερισμός με σύστημα παρακολούθησης αναπνευστικού ρυθμού
- Μυοδιεγέρτες και άλλες συσκευές αποστολής ρεύματος στο σώμα σας
- Ακτινοβολία νετρονίων
- Θεραπεία με ακτινοβολία (εξωτερικές ακτίνες Χ, Gamma Knife™\* ή ακτινοχειρουργική)
- Ακτινοθεραπεία (συμπεριλαμβανομένης ακτινοθεραπείας υψηλής ενέργειας)
- Στερεοταξία
- Θεραπευτικοί υπέρηχοι
- TMS (Διακρανιακή μαγνητική διέγερση)
- Διαδερμικοί ηλεκτρικοί νευρικοί διεγέρτες (TENS) [συμπεριλαμβανομένης νευρομυϊκής ηλεκτρικής διέγερσης (NMES)]
- Βρόχος μετάδοσης για ψηφιακό ακουστικό βαρηκοΐας
- Διουρηθρική εξάχνωση με βελόνα (Θεραπεία TUNA™\*)
- TUMT (Συσκευή διουρηθρικής θερμοθεραπείας με μικροκύματα)
- Εξέταση προστάτη TURP (Διουρηθρική εκτομή του προστάτη)
- Εικονική κολονοσκόπηση που εκτελείται με σάρωση CAT (Σάρωση CT)

**Αν το αντικείμενο χρησιμοποιείται όπως προβλέπεται και βρίσκεται σε καλή κατάσταση λειτουργίας, δεν υπάρχει κανένας γνωστός κίνδυνος:**

- Βελονισμός – χωρίς ηλεκτρική διέγερση
- Βελονισμός με DC – συνεχές ρεύμα
- Εξέταση οστικής πυκνότητας (ακτινογραφία)
- Υπέρηχος οστικής πυκνότητας – στη φτέρνα ή στο χέρι
- Διεγέρτης οστικής ανάπτυξης συνεχούς ρεύματος
- Ενδοσκόπηση με κάψουλα
- Κολονοσκόπηση – μόνο για διάγνωση
- Εντοπιστής οδοντικού ακρορριζίου (εντοπιστής ρίζας)
- Οδοντιατρικά τρυπάνια
- Διάταξη εξέτασης πολφού
- Οδοντιατρικές συσκευές καθαρισμού με υπερήχους
- Οδοντιατρική ακτινογραφία
- Διαγνωστικοί υπέρηχοι (υπερηχογράφημα)
- Διαγνωστικές ακτινογραφίες (ακτινοσκόπηση)
- Ψηφιακή υπέρυθρη θερμική απεικόνιση (DITI)
- Ηχωκαρδιογραφία
- EECR – Θεραπεία ενισχυμένης εξωτερικής αντιώθησης
- Ηλεκτροκαρδιογραφία (ΗΚΓ)
- Ηλεκτροεγκεφαλογραφία – ΗΕΓ
- Ηλεκτρονυσταγμογραφία (Ακοολογία – ΗΝΓ)
- Ακουστικό βαρηκοΐας (μέσα ή πίσω από το αυτί)
- Σύστημα παρακολούθησης καρδιακού ρυθμού
- Ιοντοφόρηση (επίθεμα φαρμάκου)
- Χειρουργική με λέιζερ



- Οφθαλμοχειρουργική Lasik
- Εξέταση με ανιχνευτή ψεύδους
- Μαστογραφία
- Ιατρικό ελικόπτερο
- Πυρηνική δοκιμή αντοχής
- Κάψουλες μέτρησης PH
- Τομογραφία εκπομπής ποζιτρονίων (Σάρωση PET)
- Relief Band™\*
- Μηχάνημα υπνικής άπνοιας

\* Αν η συσκευή δεν είναι κατάλληλη για μαγνητικό συντονισμό υπό προϋποθέσεις, δείτε τις κατευθυντήριες γραμμές της συγκεκριμένης συσκευής σχετικά με τις μαγνητικές τομογραφίες. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε τη διεύθυνση [www.mrisurescan.com](http://www.mrisurescan.com).

# ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΘΕΤΙΚΗΣ ΣΤΑΣΗΣ ΠΡΟΣ ΤΗ ΖΩΗ ΜΕ ΒΗΜΑΤΟΔΟΤΗ

**Υπενθυμίζετε στον εαυτό σας τα οφέλη** – Υπενθυμίζετε στον εαυτό σας ότι ο βηματοδότης σας βοηθάει να διαχειρίζεστε τους αργούς καρδιακούς παλμούς (βραδυκαρδία)

**Αποκλείετε τις αρνητικές σκέψεις** – Σταματήστε τον εαυτό σας αν φαντάζεστε τα χειρότερα σενάρια. Υπενθυμίζετε στον εαυτό σας ότι οι περισσότεροι άνθρωποι έχουν θετική άποψη για τον βηματοδότη

**Συζητάτε τους προβληματισμούς σας** – Καταρτίστε μια λίστα και συζητήστε τυχόν ανησυχίες που μπορεί να έχετε για την πάθησή σας ή για την καρδιακή σας συσκευή με τον γιατρό σας και με τους αγαπημένους σας. Αναπτύξτε ένα σχέδιο για τον τρόπο αντιμετώπισης των προβληματισμών σας

**Σχεδιάστε την ποιότητα ζωής σας** – Ο στόχος της συνεχούς σας φροντίδας είναι να επιτευχθεί η βέλτιστη δυνατή ποιότητα ζωής. Καταγράψτε τις δραστηριότητες που είναι πιο σημαντικές για εσάς και συζητήστε σχέδια για να επιστρέψετε σε αυτές τις δραστηριότητες με τον γιατρό σας

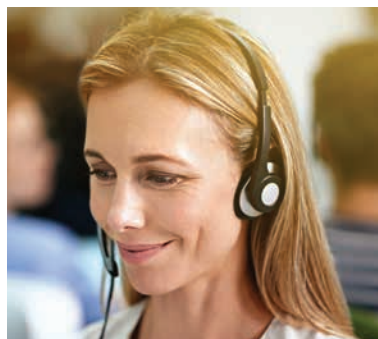
**Εξερευνήστε το άγνωστο** – Μάθετε για την ιατρική σας πάθηση και την καρδιακή σας συσκευή από τον γιατρό, τον νοσηλεύτη, τη βιβλιοθήκη, τον κατασκευαστή της συσκευής και τους ιστότοπους. Συχνά με την ενημέρωση για την καρδιακή σας συσκευή διευκολύνεται η μείωση του άγχους

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ ΠΟΡΟΙ ΚΑΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

Όταν έχετε μια απορία σχετικά με την καρδιακή σας συσκευή ή με τη λύση παρακολούθησης ασθενούς, μπορείτε να βασιστείτε στη Medtronic ως έμπειρου συνεργάτη σας.

**9011 400 200\***

Επίσημη/-ες γλώσσα/-ες χώρας  
Δευτέρα-Παρασκευή 9 π.μ.-5 μ.μ.\*\*



**ΜΕΙΝΕΤΕ  
ΣΕ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ**

† Υπόκειται στην τοπική διαθεσιμότητα

\* Σταθερό 1,30€/1' - Κινητό 1,74€/1' (Με ΦΠΑ + Τέλος Σταθερής ή Κινητής Τηλ/νίας, όπου ισχύει)  
Η υπηρεσία απευθύνεται σε ενήλικους – Για υποδείξεις, παράπονα: 214-2148020  
Mediatel, Λ. ΚΗΦΙΣΙΑΣ 125-127  
ΑΘΗΝΑ, Τ.Κ. 11524

\*\* Εκτός αργιών

## **Βιβλιογραφία:**

- 1 Orenga M. Azure longevity Increase Compared to Advisa. September 2017. Medtronic data on file.

Οι πληροφορίες που περιέχονται στο παρόν δεν αντικαθιστούν τις συστάσεις του επαγγελματία υγείας σας. Για αναλυτικές πληροφορίες σχετικά με τις οδηγίες χρήσης, τις ενδείξεις, τις αντενδείξεις, τις προειδοποιήσεις, τις προφυλάξεις και τα πιθανά ανεπιθύμητα συμβάντα, δείτε το εγχειρίδιο της συσκευής. Για περαιτέρω πληροφορίες, επικοινωνήστε με τον επαγγελματία υγείας σας.

Για τα ισχύοντα προϊόντα, συμβουλευτείτε τις οδηγίες χρήσης στη διεύθυνση [www.medtronic.com/manuals](http://www.medtronic.com/manuals). Μπορείτε να δείτε τα εγχειρίδια χρησιμοποιώντας μια τρέχουσα έκδοση οποιουδήποτε κύριου προγράμματος περιήγησης στο διαδίκτυο. Για βέλτιστα αποτελέσματα, χρησιμοποιήστε το Adobe Acrobat® Reader με το πρόγραμμα περιήγησης.

Σημαντική υπενθύμιση: Αυτές οι πληροφορίες προορίζονται μόνο για χρήστες σε αγορές όπου τα προϊόντα και οι θεραπείες της Medtronic έχουν εγκριθεί ή διατίθενται για χρήση όπως υποδεικνύεται εντός των αντίστοιχων εγχειριδίων προϊόντων. Το περιεχόμενο συγκεκριμένων προϊόντων και θεραπειών της Medtronic δεν προορίζεται για χρήστες σε αγορές που δεν έχουν άδεια χρήσης τους.

## Η ΖΩΗ ΜΕ ΒΗΜΑΤΟΔΟΤΗ

# Medtronic

### Europa

Medtronic International Trading Sàrl.  
Route du Molliau 31  
Case postale  
CH-1131 Tolochenaz  
[www.medtronic.eu](http://www.medtronic.eu)  
Tel. +41 (0)21 802 70 00  
Fax +41 (0)21 802 79 00

### Ελλάδα

Αρ. Γ.Ε.ΜΗ. 2650801000  
Medtronic Hellas AEE  
Κηφισίας 24 Β  
Μαρούσι Αθήνα  
Τ.Κ 15125  
Τηλ. +30 210 6779099  
Φαξ. +30 210 6779399  
9ο χλμ. Εθνικής Οδού  
Θεσσαλονίκης - Νέων  
Μουδανίων, Πυλαία,  
Θεσσαλονίκη  
Τ.Κ. 57001  
Τηλ. +30 2310 402100

[medtronic.eu](http://medtronic.eu)

UC201204266cEL © Medtronic 2020.  
Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος.  
Τυπώθηκε στην Ευρώπη.