

您的醫生要求您 24 小時佩帶侯特監視器，以獲取您心臟活動的記錄。在您預約前：

- 洗一個盆浴或者淋浴
- 穿一件罩衣或前面繫扣的襯衫
- 女性應穿一個舒適的胸罩，不要長型胸罩或連身長襯裙胸罩
- 請勿使用潤膚劑或滑石

當您佩帶侯特監視器時，請繼續您的正常活動，但下述活動除外：

- 請勿淋浴、盆浴或游泳。
- 請勿使用電熱毯或電焊機。
- 佩帶侯特監視器時，請勿睡在水床上。
- 請勿調整記錄儀、感應器、帶子或電線。

在您的日記中應記錄的事項：

- 記錄您所從事的活動和時間（比如步行、跑步、從事園藝、進食、睡覺、排便、小便等等。）
- 記錄任何症狀，比如疼痛、壓迫感、頭暈、氣短，等等。
- 記錄什麼時間服用了心臟或血壓的藥物。