

Tracciare un ECG con l'app ECG su Apple Watch Series 4 o modelli successivi Puoi tracciare un elettrocardiogramma (ECG) con l'app ECG.

Che cos'è un ECG? Un elettrocardiogramma (chiamato anche ECG o EKG) è un esame che registra la frequenza e l'intensità degli impulsi elettrici che producono il battito cardiaco. Da un elettrocardiogramma, i medici possono ricavare informazioni sul ritmo cardiaco e la presenza di eventuali anomalie.

Come usare l'app ECG L'app ECG consente di registrare il battito e il ritmo cardiaco tramite il sensore cardiaco elettrico presente su Apple Watch Series 4 o modelli successivi e controllare successivamente la registrazione per verificare la presenza di fibrillazione atriale (FA), una forma di aritmia cardiaca. L'app ECG traccia un elettrocardiogramma che registra gli impulsi elettrici che consentono al cuore di battere. Controllando tali impulsi, l'app ECG rileva il battito cardiaco e verifica se le cavità superiori e inferiori del cuore sono sincronizzate. L'assenza di sincronizzazione potrebbe essere un sintomo di fibrillazione atriale (AFib). L'app ECG è al momento disponibile solo in alcuni Paesi e aree geografiche. Scopri dove è disponibile l'app ECG.

Requisiti L'app ECG deve essere disponibile nel tuo Paese o area geografica e devi trovarti nel Paese o nell'area geografica in cui hai acquistato il dispositivo. Scopri dove è disponibile l'app ECG. Aggiorna l'iPhone alla versione più recente di iOS e l'Apple Watch alla versione più recente di watchOS. L'app ECG non è destinata all'uso da parte di persone di età inferiore ai 22 anni. Configurare l'app ECG Apri l'app Salute sull'iPhone. Segui la procedura visualizzata sullo schermo. Se non visualizzi una richiesta di configurazione, tocca Sfoglia > Cuore > Elettrocardiogramma (ECG) > Configura l'app ECG. Al termine della configurazione, apri l'app ECG per tracciare un ECG.

Tracciare un ECG Puoi tracciare un ECG in qualsiasi momento: quando avverti un battito accelerato o un'aritmia, quando hai altre preoccupazioni per la salute del tuo cuore o quando ricevi una notifica di ritmo irregolare.

1. Indossa l'Apple Watch sul braccio che hai indicato nell'app Apple Watch e controlla che aderisca bene al polso. Per verificare, apri l'app Apple Watch, tocca il pannello Apple Watch, quindi vai su Generali > Orientamento. 1. Sull'Apple Watch, apri l'app ECG 2. Appoggia le braccia su un tavolo o sulle gambe. 3. Tieni un dito sulla Digital Crown, usando il braccio su cui non indossi l'orologio. Non devi premere sulla Digital Crown durante la sessione. 4. Attendi. La registrazione richiede 30 secondi. Al termine della registrazione, ricevi una classificazione, a quel punto, puoi toccare Aggiungi sintomi e scegliere i tuoi sintomi.

2. Tocca Salva per prendere nota dei sintomi, quindi tocca Fine.

Come leggere i risultati Rilevata una lettura, ricevi uno dei seguenti risultati nell'app ECG. A prescindere dal risultato, se non ti senti bene o avverti qualche sintomo, ti consigliamo di rivolgerti al tuo medico.

Ritmo sinusale Se viene rilevato un ritmo sinusale, significa che il battito cardiaco è regolare, tra 50 e 100 BPM. Ciò si verifica quando il battito delle cavità superiori e inferiori del cuore è sincronizzato. Il risultato riguarda solo la registrazione effettuata e non significa che il tuo cuore batta sempre in modo regolare. Inoltre, non è indicazione del fatto che la tua salute generale sia buona. Se non ti senti bene o avverti qualche sintomo, ti consigliamo di rivolgerti al tuo medico.

Fibrillazione atriale Un risultato di fibrillazione atriale indica un battito cardiaco irregolare, tra i 50 e i 120 BMP. La fibrillazione atriale è la forma più comune di grave aritmia o ritmo cardiaco irregolare. Se ricevi una classificazione AFib e non ti è stata mai diagnosticata la fibrillazione atriale, ti consigliamo di rivolgerti al tuo medico.

Frequenza cardiaca ridotta o elevata Una frequenza cardiaca inferiore a 50 BMP o superiore a 120 BMP influisce sulla capacità dell'app ECG di verificare la presenza di fibrillazione atriale. Pertanto, la registrazione non è considerata soddisfacente. Una frequenza cardiaca ridotta può dipendere dall'uso di determinati farmaci o da una trasmissione inadeguata degli impulsi elettrici attraverso il cuore. Anche praticare sport a livello agonistico può contribuire ad abbassare la frequenza cardiaca. Ulteriori informazioni sulle frequenze cardiache ridotte sono disponibili sul sito dell'American Heart Association. • Una frequenza cardiaca elevata può essere dovuta ad attività fisica, stress, nervosismo, alcol, disidratazione, infezioni, fibrillazione atriale o altre forme di aritmia. Ulteriori informazioni sulle frequenze cardiache elevate sono disponibili sul sito

dell'American Heart Association

Risultato non soddisfacente Un risultato non soddisfacente indica che la registrazione non può essere classificata e i motivi possono essere diversi, ad esempio il fatto di non appoggiare le braccia su un tavolo durante una registrazione o di non indossare l'Apple Watch bene a contatto con il polso. Scopri come ottenere risultati ottimali. Se ottieni sempre un risultato non soddisfacente Un risultato sempre non soddisfacente, anche dopo aver seguito i passaggi indicati sopra, può essere dovuto a una delle seguenti situazioni: La tua frequenza cardiaca è compresa tra 100 e 120 BPM. Hai un pacemaker o un defibrillatore automatico impiantabile (ICD). La registrazione può mostrare la presenza di altre aritmie o problemi cardiaci che l'app non è in grado di riconoscere. • Alcune condizioni fisiologiche possono impedire a una piccola percentuale di utenti di creare un segnale sufficiente a produrre una registrazione corretta. Se hai bisogno di assistenza, contatta il supporto Apple.

Visualizzare e condividere informazioni sulla tua salute Il tracciato ECG, le classificazioni associate e qualsiasi sintomo rilevato vengono salvati nell'app Salute sull'iPhone. Puoi anche condividere un file PDF col tuo medico. Apri l'app Salute. Tocca il pannello Sfoglia, poi Cuore > Elettrocardiogrammi (ECG). Tocca il grafico relativo al risultato del tuo ECG.

Tocca Esporta un PDF per il tuo medico. Tocca il pulsante Condividi per stampare o condividere il PDF
Come ottenere risultati ottimali

1. Appoggia le braccia su un tavolo o sulle gambe quando effettui una registrazione. Cerca di rilassarti e non muoverti troppo. 1. Verifica che l'Apple Watch sia ben aderente al polso. Il cinturino deve aderire bene e la parte posteriore dell'Apple Watch deve toccare il polso. 2. Assicurati che il polso e l'Apple Watch siano puliti e asciutti. 3. Indossa l'Apple Watch sul polso che hai selezionato nell'app Apple Watch. Per verificare, apri l'app Apple Watch, tocca il pannello Apple Watch, quindi vai su Generali > Orientamento. 4. Allontanati da eventuali dispositivi elettronici collegati a una presa di corrente per evitare interferenze. In una percentuale limitata di persone, determinate condizioni fisiologiche possono impedire la formazione di un segnale sufficiente a produrre una buona registrazione. La posizione del cuore nel torace, ad esempio, può modificare i livelli del segnale elettrico e influire, di conseguenza, sulla capacità dell'app ECG di ottenere una misurazione. La presenza di liquidi può impedire il corretto funzionamento dell'app ECG. L'Apple Watch e la pelle non completamente asciutti possono interferire con il funzionamento dell'app ECG. Assicurati di avere il polso e le mani completamente asciutti prima di effettuare una lettura. Per garantire una lettura ottimale dopo una nuotata, una doccia, una forte sudorazione o dopo aver lavato le mani, pulisci e asciuga l'Apple Watch. L'Apple Watch potrebbe richiedere fino a un'ora di tempo per asciugarsi completamente. Cose che devi sapere L'app ECG non può rilevare un attacco cardiaco. Se dovesse capitarti di avvertire un dolore al petto, una sensazione di oppressione toracica, costrizione o qualunque sintomo che ti faccia pensare a un attacco cardiaco, chiama immediatamente i servizi di emergenza. L'app ECG non può rilevare la formazione di coaguli di sangue o un ictus. L'app ECG non può rilevare altri problemi cardiaci, tra cui ipertensione, insufficienza cardiaca congestizia, colesterolo alto o altre forme di aritmia. Se non ti senti bene o avverti qualche sintomo, rivolgiti al tuo medico o cerca subito assistenza medica. Come funziona l'app ECG L'app ECG su Apple Watch Series 4 o modelli successivi genera un elettrocardiogramma simile a un ECG a singola derivazione. In uno studio medico, in genere viene tracciato un elettrocardiogramma standard a 12 derivazioni. L'ECG a 12 derivazioni registra impulsi elettrici provenienti da diversi angoli del cuore per produrre dodici diversi tracciati. L'app ECG su Apple Watch misura un tracciato simile a uno solo di questi dodici tracciati. Un ECG a singola derivazione è in grado di fornire informazioni sul battito e sul ritmo cardiaco e consente la classificazione della fibrillazione atriale. Tuttavia, un ECG a singola derivazione non può essere utilizzato per rilevare altri problemi, come gli attacchi cardiaci. I medici spesso prescrivono elettrocardiogrammi a singola derivazione, da effettuare a casa o in ospedale indossando un apposito dispositivo, per poter esaminare meglio la frequenza e il ritmo cardiaco dei pazienti. L'app ECG su Apple Watch Series 4 o modelli successivi genera un elettrocardiogramma simile a un ECG a singola derivazione

senza necessità di prescrizione medica. In alcuni studi di comparazione tra ECG effettuati con l'app ECG su Apple Watch ed ECG standard a 12 derivazioni acquisiti simultaneamente è stata riscontrata la stessa classificazione del ritmo cardiaco come sinusale o fibrillazione atriale nell'app ECG e nell'ECG standard a 12 derivazioni. La capacità dell'app ECG di classificare accuratamente una registrazione ECG come fibrillazione atriale e ritmo sinusale è stata testata in una sperimentazione clinica effettuata su circa 600 soggetti. Per quanto riguarda classificabili, è stata dimostrata una specificità del 99,6% nella classificazione del ritmo sinusale e una sensibilità del 98,3% nella classificazione della fibrillazione atriale.

I risultati clinici di convalida rispecchiano l'uso in un ambiente controllato. L'uso dell'app ECG nella vita reale può tuttavia produrre un maggior numero di tracciati considerati non soddisfacenti e non classificabili.

Come installare l'app ECG L'app ECG è disponibile di default su Apple Watch Series 4 o modelli successivi.