Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa
Lega Italiana contro l'Ipertensione Arteriosa

**Ambulatorio Ipertensione accrediato SIIA**
**Diario per l'Automisurazione pressoria domiciliare (HBPM)**
**Da eseguire nel periodo intercorrente tra 2 visite mediche**
**Eseguita con paziente seduto dopo almeno 5 minuti di rilassamento e ripetuta dopo 1-2 minuti**

Evitare le misurazioni dopo pasti abbondanti, intensa attività fisica, doccia/bagno caldi, fumo attivo, eventi emozionali, assunzione di farmaci

# Rilevazione nel lungo periodo cadenza 2 volte a settimana

**Eseguire le misurazioni pressorie prima di colazione e di cena/prima dell'assunzione di eventuale terapia**

| **Paziente:** | | | | Indicata come Monitoraggio fra una visita e l'altra | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Paziente NR.** | | | | | | | |
| | **RILEVAZIONI MATTINO** | | | | **RILEVAZIONI SERA** | | |
| **DATA** | **SISTOLICA** | **DIASTOLICA** | **FC** | | **SISTOLICA** | **DIASTOLICA** | **FC** |
| Mis 1, 1° Sett | | | | Mis 1, 1° Sett | | | |
| Mis 2, 1° Sett | | | | Mis 2,1° Sett | | | |
| Mis 1, 1° Sett | | | | Mis 1, 1° Sett | | | |
| Mis 2, 1° Sett | | | | Mis 2, 1° Sett | | | |
| Mis 1, 2° Sett | | | | Mis 1, 2° Sett | | | |
| Mis 2, 2° Sett | | | | Mis 2, 2° Sett | | | |
| Mis 1, 2° Sett | | | | Mis 1, 2° Sett | | | |
| Mis 2, 2° Sett | | | | Mis 2, 2° Sett | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

**<u>Raccomandazioni</u>**:

1) Durante i periodi di malattia, di gastroenterite, e nel periodo estivo, i valori pressori potrebbero abbassarsi. In tal caso, soprattutto se vi sono sintomi concomitanti, contattare il medico per modulazione della terapia
2) All'inizio della stagione fredda e' possibile che ci sia un rialzo della pressione.
3) Durante la permanenza in alta montagna la pressione potrebbe subire dei rialzi. In tal caso contattare il medico per eventuale modulazione della terapia
4) Valori pressori ottimali sono <135/85 mmHg. Se la pressione dovesse risultare elevata per piu' giorni di seguito non cambiare la terapia ma consultare il medico.
5) In caso di dubbi sulla accuratezza della misurazione pressoria fornita dall'apparecchio è opportuno farlo controllare dal tuo medico/farmacista/o altro personale sanitario.
6) In caso di misurazione estemporanea in occasione di episodi particolari (malessere, stress ecc.) indicare sempre il motivo della misurazione.
7) Segnalare la presenza di irregolarità del ritmo cardiaco rilevate al momento della misurazione.

**Riferimenti:**

J Hypertens. 2021 Sep 1;39(9):1742-1767
J Hypertens. 2021 Jul 1;39(7):1293-1302