
Perchè è importante misurarsi la pressione?



- ♥ Per consentire al Medico di porre il prima possibile una diagnosi di ipertensione
- ♥ Per scoprire se la pressione è la stessa se misurata dal Medico o a casa. Infatti esiste una condizione, "l'ipertensione da camice bianco", per la quale la pressione arteriosa risulta più alta in presenza del Medico, rispetto a quella misurata a casa
- ♥ Per scoprire "l'ipertensione mascherata", una condizione per la quale la pressione risulta normale se misurata dal Medico, ma alta nelle altre condizioni
- ♥ Per controllare la pressione nel caso in cui non torni a valori normali anche quando si è trattati con farmaci antipertensivi (una condizione chiamata "ipertensione resistente")
- ♥ Per essere più partecipi nella gestione dell'ipertensione, in modo da assumere correttamente i farmaci antipertensivi



Come usare correttamente lo strumento?



Prima di misurare la pressione

5 minuti prima

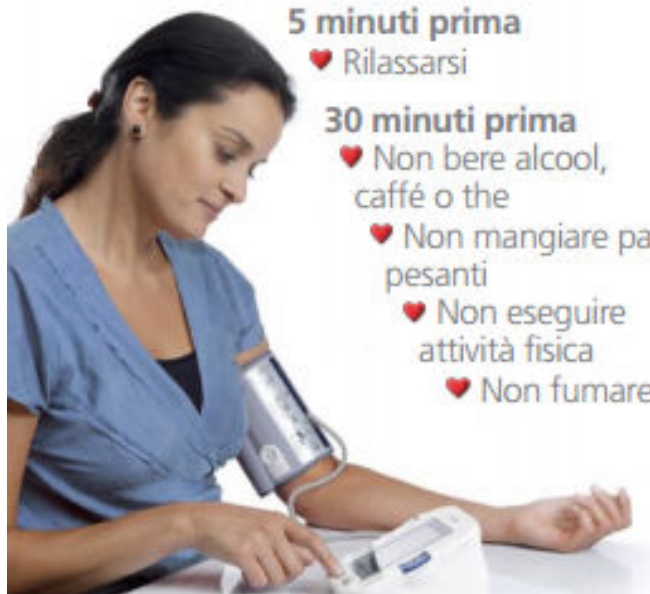
- ♥ Rilassarsi

30 minuti prima

- ♥ Non bere alcool, caffè o the
- ♥ Non mangiare pasti pesanti
- ♥ Non eseguire attività fisica
- ♥ Non fumare

Durante la misurazione

- ♥ Scegliere un bracciale delle giuste dimensioni
- ♥ Non parlare durante la misurazione
- ♥ Appoggiare il braccio sul tavolo a livello del cuore
- ♥ Sedersi con la schiena appoggiata allo schienale e rimanere immobili durante la misurazione



	PRIMA DI COLAZIONE			PRIMA DI CENA		
	MASSIMA	MINIMA	FREQ.	MASSIMA	MINIMA	FREQ.
GIORNO 1						
GIORNO 2						
GIORNO 3						
GIORNO 4						
GIORNO 5						
GIORNO 6						
GIORNO 7						
	MASSIMA	MINIMA	FREQ.	MASSIMA	MINIMA	FREQ.
GIORNO 1						
GIORNO 2						
GIORNO 3						
GIORNO 4						
GIORNO 5						
GIORNO 6						
GIORNO 7						
	MASSIMA	MINIMA	FREQ.	MASSIMA	MINIMA	FREQ.
GIORNO 1						
GIORNO 2						
GIORNO 3						
GIORNO 4						
GIORNO 5						
GIORNO 6						
GIORNO 7						
	MASSIMA	MINIMA	FREQ.	MASSIMA	MINIMA	FREQ.
GIORNO 1						
GIORNO 2						
GIORNO 3						
GIORNO 4						
GIORNO 5						
GIORNO 6						
GIORNO 7						
	MASSIMA	MINIMA	FREQ.	MASSIMA	MINIMA	FREQ.
GIORNO 1						
GIORNO 2						
GIORNO 3						
GIORNO 4						
GIORNO 5						
GIORNO 6						
GIORNO 7						

Dr. Italo Paolini, medico di medicina generale- ARQUATA DEL TRONTO-VENAROTTA (AP)

italopaolini@gmail.com

www.italopaolini.it