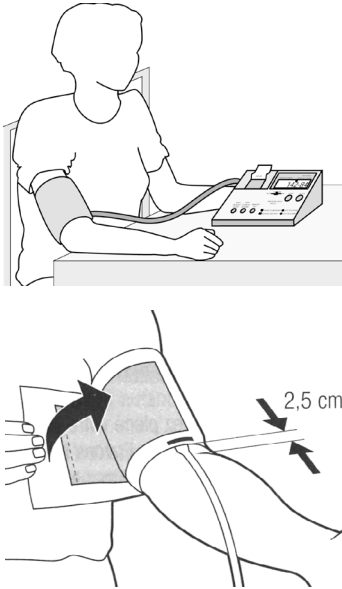
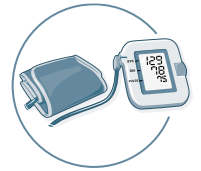


Automisurazione domiciliare della pressione arteriosa

Come misurare la pressione



- 1 Leggere il manuale d'istruzioni per il corretto utilizzo del vostro misuratore di pressione.
- 2 Posizionare l'apparecchio su un tavolo.
- 3 Mettersi in posizione seduta, scoprendo il braccio.
- 4 Rimanere a riposo per circa 5 minuti.
- 5 Infilare il bracciale del misuratore a livello del braccio, sistemandolo a circa 2.5 cm della piega del gomito, sistemando la freccia disegnata sul bracciale al centro.
- 6 Posizionare il braccio sul tavolo all'altezza del cuore (a livello del torace, all'altezza del petto). Mantenerlo piegato come indicato nella figura accanto.
- 7 Avviare l'apparecchio per gonfiare il bracciale; rimanere fermi e rilassati durante l'intera misurazione.



Per prendere confidenza con il vostro apparecchio *

Fate diverse misurazioni senza tenere conto dei primi valori riscontrati, quindi :

Misurate la pressione, 3 volte al mattino e 3 volte la sera, per 3-7 giorni consecutivi :



- **La mattina**, prima di colazione e dell'assunzione della terapia antiipertensiva.
- **La sera**, prima di coricarsi.
- **Ripetere** la misurazione 3 volte di seguito, a 1-2 minuti di intervallo tra una misurazione e l'altra.

* I misuratori di pressione da polso non sono raccomandati. Potete trovare una lista di apparecchi validati sul sito www.hy-result.com

È poco utile misurare la pressione arteriosa in altri momenti della giornata, salvo casi eccezionali.

Queste misurazioni non standardizzate, infatti, rendono complicata la valutazione da parte del vostro medico curante. Generalmente, si raccomanda di ripetere le misurazioni per **3 giorni consecutivi**; in alcuni casi, può essere indicato proseguire le misurazioni per **5 o 7 giorni consecutivi**.

È utile eseguire le misurazioni nei giorni che precedono la visita con il vostro medico, in modo da poter mostrare in visita i valori più recenti riscontrati.

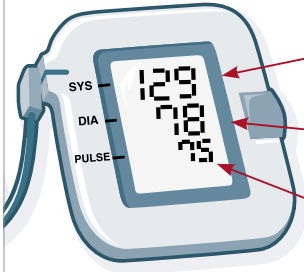
Qualora vi fossero dei cambiamenti del vostro trattamento antiipertensivo, è raccomandato ricontrollare la pressione arteriosa tramite automisurazione domiciliare circa **4-6 settimane** dopo la modifica.

Nel momento in cui la pressione arteriosa è ben controllata e il trattamento stabilito, è sufficiente controllare i valori pressori tramite automisurazione domiciliare una volta ogni **3-6 mesi**. Non è necessario misurare la pressione tutti i giorni nell'arco di settimane o mesi, salvo casi particolari.

Il vostro medico vi indicherà la durata e la frequenza di automisurazioni domiciliari più adatta al vostro caso.

Riportate i valori pressori riscontrati

Ricopiate i risultati delle vostre misurazioni con una matita o una penna sul diario pressorio che trovate a pagina 4.



- **SYS** corrisponde alla pressione arteriosa sistolica.
- **DIA** corrisponde alla pressione arteriosa diastolica.
- **PULSE** corrisponde alla frequenza cardiaca : non è necessario ricopiare questa cifra.

Le cifre riportate sullo schermo del misuratore pressorio devono essere ricopiate in maniera precisa. Per esempio, se lo schermo riporta 129, ricopiate esattamente 129, senza arrotondare la cifra trovata (in questo caso, per esempio, 130).

Utilizzate il sito internet per calcolare la media e interpretare i valori pressori riscontrati

1

1. Connettetevi su : www.hy-result.com
Cliccate su **Ipertensione arteriosa** e poi **I miei valori pressori**

2

Trascrivete tutte le vostre misure sulla scheda che compare sullo schermo

Saisie de mes mesures

		Mesure 1		Mesure 2		Mesure 3	
		Sys	Dia	Sys	Dia	Sys	Dia
Jour 1	Matin	129	56	132	45	153	87
	Soir	145	67	113	65	143	95
Jour 2	Matin	134	87	102	59	165	65
	Soir	113	79	129	56	173	80
Jour 3	Matin						
Jour 3	Soir						
Jour 4	Matin						
Jour 4	Soir						
Jour 5	Matin						
Jour 5	Soir						
Jour 6	Matin						
Jour 6	Soir						
Jour 7	Matin						
Jour 7	Soir						

04/01/2021

« janvier 2021 »

l	ma	me	j	v	s	d
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7

DATE DE LA PREMIÈRE MESURE*

CALCULER →

Immettere la data della 1^a misurazione →

3

Una volta inserite tutte le tue misure, Cliccate su **CALCOLA**

Saisie de mes mesures

		Mesure 1		Mesure 2		Mesure 3	
		Sys	Dia	Sys	Dia	Sys	Dia
Jour 1	Matin	129	56	132	45	153	87
	Soir	145	67	113	65	143	95
Jour 2	Matin	134	87	102	59	165	65
	Soir	113	79	129	56	173	80
Jour 3	Matin	129	45	132	67	139	78
	Soir	145	45	152	76	169	82
Jour 4	Matin	126	69	116	56	132	75
	Soir	116	79	134	93	158	64
Jour 5	Matin	113	56	128	43	128	44
	Soir	125	68	159	78	169	44
Jour 6	Matin	116	79	134	93	158	64
	Soir	126	69	116	56	132	75
Jour 7	Matin	129	45	132	67	139	78
	Soir	145	45	152	76	169	82

04/01/2021

CALCULER →

Otterrete così l'analisi dei risultati

Etape 2 sur 2 - Analyse de mes mesures

Pour analyser vos mesures, complétez les informations demandées ci dessous. Votre anonymat est préservé. Nous n'enregistrons aucun nom ni possibilité d'identification. Vous êtes le seul propriétaire de vos résultats.

Résumé de mes mesures

Moyenne générale 139 systolique, 82 diastolique

Vous avez enregistré 13 mesure(s) de pression systolique (SYS)

Vous avez enregistré 13 mesure(s) de pression diastolique (DIA)

Mesures non prises en compte : D (PAS > 100 et PAS-PAD < 10), PAS < 80 ou > 300, PAD < 40 ou > 140, PAD > PAS

Ma semaine de mesures

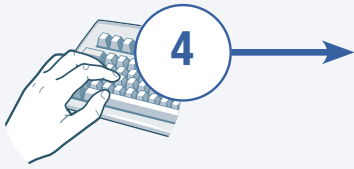
Pressions mmHg

Pression systolique

Pression diastolique

Moyenne du matin : 135 mmHg
Moyenne du soir : 141 mmHg

Moyenne du matin : 80 mmHg
Moyenne du soir : 83 mmHg



Rispondete a tutte le domande in modo da ottenere un'interpretazione personalizzata dei risultati

Remplissez les informations suivantes pour obtenir l'analyse complète de vos mesures de pression artérielle.

Cette analyse personnalisée est anonyme et gratuite. Vous aurez la possibilité de télécharger et d'imprimer le compte rendu pour le montrer à votre médecin lors d'une prochaine consultation.

Sexe: Homme 75
 Tabac: Non
 1 verre par jour Médicaments contre l'hypertension artérielle: Oui
 médicament 0,02 MATIN, MIDI, SOIR
 Antécédent d'accident vasculaire cérébral (attaque cérébrale): Oui
 Diabète: Oui Insuffisance rénale: Oui

Mesures prises
 Au bras Au poignet

J'ai bien compris que cette analyse automatique est une aide pour mieux comprendre ma tension mais qu'elle ne remplace pas l'avis de mon médecin.

LANCER L'ANALYSE →

Cliccate su < ANALIZZA I RISULTATI > per ottenere la scheda riassuntiva



Potrete scaricare la vostra scheda riassuntiva in formato PDF e stamparla, oppure riceverla via mail

RECEVOIR PAR EMAIL **IMPRIMER**

Votre compte rendu Hy-Result

Analyse des mesures du 06/01/2021 au 12/01/2021

Nom: DUPONT
 Date du compte rendu: 15/01/2021
 Mesures prises: Au bras
 Sexe, âge: Homme, 75 ans
 IMC: 25.11 (184 cm - 85 kg)

Traitement
 • médicament - 0.02mg - Matin Midi Soir

Vous avez déclaré:
 • Être fumeur: NON
 • Antécédant d'AVC: OUI
 • Antécédant d'insuffisance rénale: OUI

• Alcool: 1 verre d'alcool par jour
 • Être diabétique: OUI

Résumé de mes mesures

Moyenne générale 139 systolique, 82 diastolique
 Vous avez enregistré 13 mesure(s) de pression systolique (SYS)
 Vous avez enregistré 13 mesure(s) de pression diastolique (DIA)

Mesures non prises en compte: D (PAS > 100 et PAS-PAD ≤ 10), PAS < 60 ou > 300, PAD < 40 ou > 140, PAD > PAS

Pression systolique: MOYENNE 139 mmHg
 Moyenne du matin: 135 mmHg
 Moyenne du soir: 141 mmHg

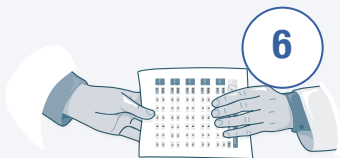
Pression diastolique: MOYENNE 82 mmHg
 Moyenne du matin: 80 mmHg
 Moyenne du soir: 83 mmHg

Ma semaine de mesures

Pressions mmHg

Conduite à tenir

• Vous avez indiqué prendre un traitement antihypertenseur. Votre tension dépasse les valeurs souhaitables. Selon vos indications vous avez déclaré avoir une (ou des) maladies qui justifient que votre tension soit surveillée de près. Il convient de voir votre médecin pour



Comunicate il tuo referto

Stampate la e portatela in visione al vostro medico alla prossima consultazione (puoi archivarla nella tua cartella clinica, è in formato PDF, puoi inviarlo via email).



Come è la mia pressione sanguigna?

A casa con l'automisurazione, la pressione sanguigna è considerata normale quando la pressione sistolica media è inferiore a 135 mmHg e la media pressione diastolica inferiore a 85 mmHg.

Questi valori di normalità possono essere inferiori in caso di diabete o insufficienza renale. Per i soggetti d'età superiore agli 80 anni, i valori raccomandati sono differenti.

Potrete avere un'idea della vostra situazione, aiutandovi con l'interpretazione automatica dei vostri risultati generata dal sito automesure.com o hy-result.com



Pressione sanguigna sistolica
Ben controllato




Pressione sanguigna sistolica
Mal controllato

Se non disponete Internet, riempite la scheda qui sotto e portatela in visione al vostro medico.

Data della 1^a misurazione :

J	J	M	M	A	A	A	A
---	---	---	---	---	---	---	---

		1 ^a misurazione		2 ^a misurazione		3 ^a misurazione	
		SIS	DIA	SIS	DIA	SIS	DIA
Giorno 1	Mattina						
	Sera						
Giorno 2	Mattina						
	Sera						
Giorno 3	Mattina						
	Sera						
Giorno 4	Mattina						
	Sera						
Giorno 5	Mattina						
	Sera						
Giorno 6	Mattina						
	Sera						
Giorno 7	Mattina						
	Sera						



Media totale :