

Diario della Pressione Arteriosa

Monitoraggio domiciliare · Linee Guida ESC 2024

DATI DEL PAZIENTE

Nome e Cognome

Data di nascita

Medico curante

Telefono / Email

TERAPIA FARMACOLOGICA

Farmaco	Dosaggio	Mattina	Mezzogiorno	Sera	Note

COME MISURARE CORRETTAMENTE

- 1 Riposo di almeno 5 minuti prima, seduto con schiena appoggiata e piedi a terra (no gambe incrociate)
- 2 Bracciale posizionato a livello del cuore, sul braccio nudo
- 3 Non parlare e non muoversi durante la misurazione
- 4 Misurare agli stessi orari: mattina prima di colazione e farmaci, sera prima di coricarsi
- 5 Eseguire 2 misurazioni consecutive a 1-2 minuti — annotare entrambe
- 6 Attendere almeno 30 minuti dopo caffè, fumo, pasto o attività fisica

VALORI TARGET · LINEE GUIDA ESC 2024

Misurazione	Ottimale	Normale	Elevata	Ipertensione Grado 1	Ipertensione Grado 2
In studio (mmHg)	<120/70	120-129/70-79	130-139/80-89	140-159/90-99	>160/100
Domiciliare (mmHg)	<115/65	115-124/65-74	125-134/75-84	135-144/85-89	>145/90
Holter 24h (mmHg)	<110/65	110-119/65-74	120-129/70-79	130-139/80-84	>140/85



SETTIMANA 1

Gior no	M/S	Data	Ora	Sistolica (mmHg)	Diastolica (mmHg)	Freq. (bpm)	Mis. n°	Note / Sintomi
1	M							
	S							
2	M							
	S							
3	M							
	S							
4	M							
	S							
5	M							
	S							
6	M							
	S							
7	M							
	S							

SETTIMANA 2

Gior no	M/S	Data	Ora	Sistolica (mmHg)	Diastolica (mmHg)	Freq. (bpm)	Mis. n°	Note / Sintomi
1	M							
	S							
2	M							
	S							
3	M							
	S							
4	M							
	S							
5	M							
	S							
6	M							
	S							
7	M							
	S							



SETTIMANA 3

Gior no	M/S	Data	Ora	Sistolica (mmHg)	Diastolica (mmHg)	Freq. (bpm)	Mis. n°	Note / Sintomi
1	M							
	S							
2	M							
	S							
3	M							
	S							
4	M							
	S							
5	M							
	S							
6	M							
	S							
7	M							
	S							

SETTIMANA 4

Gior no	M/S	Data	Ora	Sistolica (mmHg)	Diastolica (mmHg)	Freq. (bpm)	Mis. n°	Note / Sintomi
1	M							
	S							
2	M							
	S							
3	M							
	S							
4	M							
	S							
5	M							
	S							
6	M							
	S							
7	M							
	S							

NOTE E OSSERVAZIONI



Portare questo diario ad ogni visita cardiologica · I valori sono indicativi — la diagnosi richiede valutazione medica specialistica.



Centro Ipertensione Roma

Dott.ssa V. Presta · Dr. G. Lumia · 06 321 9849

