

Come eseguire correttamente il monitoraggio della pressione arteriosa delle 24 ore (ABPM)

Gli apparecchi

E' importante scegliere un apparecchio validato e raccomandato dalle società dell'ipertensione (ESH, BHS).

Misurazione della pressione arteriosa in ambulatorio

- Almeno 2 misurazioni.
- Misurare la pressione ad entrambe le braccia, se questo confronto non è mai stato fatto in precedenza.

Cosa considerare all'inizio del monitoraggio

- Scegliere un bracciale adatto alla circonferenza del braccio. Posizionare il bracciale correttamente e stringerlo in modo adeguato (normalmente al braccio non dominante).
- Spiegare al paziente come funziona l'apparecchio e comunicare gli intervalli di misurazione programmati.
- Spiegare al paziente che, se possibile, deve tenere il braccio immobile lungo il fianco durante le misurazioni. Non tenere il braccio in posizioni inusuali durante le misurazioni
- Eseguire una misurazione "test" prima che il paziente lasci l'ambulatorio.
- Consegnare al paziente un diario e chiedergli di scrivervi le sue attività principali, come minimo gli orari in cui si corica e del risveglio.

Requisiti per una misurazione corretta

- Numero minimo di misurazioni corrette:
 - durante il giorno > 70%, almeno 14
 - durante il riposo notturno > 70%, almeno 7
- Cause frequenti di misurazioni errate (<70% di misurazioni corrette):
 - Uso di un bracciale non adatto al braccio, dislocazione del bracciale.
 - Polso debole o irregolare (fibrillazione atriale o frequenti extrasistoli)
 - Errore tecnico (problemi dovuti a malfunzionamento dell'apparecchio)
 - Altro
- Correzione dei dati:
 - In linea di principio, i dati registrati non vanno modificati/corretti. Eccezionalmente possono essere cancellati i valori che sono fisiologicamente inaccettabili.

Presentazione dei risultati:

Valutare la qualità della misurazione:

- 70-80% di misurazioni valide: soddisfacente
- 80-90% di misurazioni valide: buona
- > 90% di misurazioni valide: eccellente

Come requisito minimo, devono essere riportati i seguenti valori medi:

- Pressione sistolica e diastolica
- Frequenza cardiaca

I valori devono essere riportati come media delle 24 ore, media del periodo di veglia e del periodo di riposo notturno.

Notare se la pressione si è abbassata durante il sonno (dipping; 10-20%) e se esiste una ipertensione da camice bianco o un'ipertensione mascherata

Valori normali:

- 24h: <130/80 mmHg
- veglia: <135/85 mmHg
- sonno: <120/70 mmHg (dipping between 10-20%)

Per gli anziani (> 80 anni)

- veglia: <145/85 mmHg (NICE guidelines 2011)