



CROCE ROSSA ITALIANA GRUPPO PIONIERI



L'IPERTENSIONE ARTERIOSA... ALCUNE DOMANDE.

COS'E' L'IPERTENSIONE ARTERIOSA?

Si parla di ipertensione arteriosa quando:

- i valori di pressione arteriosa sistolica (o massima) sono al di sopra di 140 mmHg
e/o
- i valori di pressione arteriosa diastolica (o minima) sono al di sopra di 90 mmHg.

Una classificazione più dettagliata è riportata nella tabella seguente.

	P.A. MASSIMA (SISTOLICA)	P.A. MINIMA (DIASTOLICA)	
PRESSIONE NORMALE	meno di 140 mmHg e meno di 90 mmHg		
IPERTENSIONE LIEVE	tra 140 e 159 mmHg o tra 90 e 99 mmHg		
IPERTENSIONE MODERATA	tra 160 e 179 mmHg o tra 100 e 109 mmHg		
IPERTENSIONE GRAVE	maggiore o uguale a 180 mmHg o maggiore o uguale a 110 mmHg		

COME SI MISURA LA PRESSIONE ARTERIOSA?

- Al momento della misurazione dei valori pressori sono necessari tranquillità e riposo: l'emotività e l'impegno muscolare possono determinare un aumento dei valori pressori.
- L'ambiente circostante deve essere poco rumoroso e ad una temperatura adeguata.
- Ad ogni misurazione si deve assumere la stessa posizione.
- Prima della misurazione non si deve: assumere caffè o alcool, fumare, esporsi al freddo.

QUALI SONO LE CAUSE DELL'IPERTENSIONE ARTERIOSA?

- Predisposizione genetica.
- Assunzione di sale.
- Obesità.
- Consumo di alcool.
- Alcune condizioni patologiche (stenosi arteria renale, endocrinopatie, nefropatie...)
- Utilizzo di alcuni farmaci.

QUALI SONO LE CONSEGUENZE DELL'IPERTENSIONE ARTERIOSA?

Aumentato rischio di danni a:

- Cervello (ictus cerebrale, attacchi ischemici transitori).
- Cuore (infarto cardiaco, angina pectoris, insufficienza cardiaca).
- Arterie periferiche (vasculopatia arti inferiori con claudicatio).
- Rene (insufficienza renale).



COMITATO LOCALE DI:



VIA _____
TELEFONO: _____

NOME E COGNOME	DATA	ORA	PA MAX*	PA MIN*

*Valori di pressione arteriosa rilevati con _____

NOME E COGNOME	DATA	ORA	PA MAX	PA MIN