



**Amici del
Diabetico**
Organizzazione di Volontariato
dell'Ospedale Fatebenefratelli e Oltalmico

Il valore dell'automonitoraggio per tenere sotto controllo la pressione

E' possibile raggiungere un buon controllo della pressione attraverso un automonitoraggio domiciliare? Secondo uno studio pubblicato sulla rivista Lancet, gestire il monitoraggio da soli è possibile ricorrendo al tele monitoraggio a distanza dopo aver imparato a misurare correttamente la pressione e trasmettendo i dati telematicamente al medico. Al paziente, secondo un piano concordato preventivamente, veniva delegata anche la possibilità di aumentare le dosi del farmaco o di aggiungerne di nuovi qualora i valori risultassero superiori alla soglia prestabilita (almeno 5 volte in un mese). Se anche in quest'ultimo caso i valori fossero rimasti sopra detta soglia, ovviamente si tornava dal medico per una rivalutazione della terapia. Stando, comunque, ai dati ottenuti dalla ricerca dopo 6 mesi la delega al paziente ha sortito risultati positivi, portando a -20 mm/Hg la pressione riscontrata dal "fai da te". Vedremo adesso quali sono i vantaggi di tale pratica. Prima di tutto il medicoviene in possesso di un gran numerosi dati ed è quindi in grado di giungere a delle valutazioni più affidabili rispetto alle letture sporadiche; dal canto suo il paziente si sente maggiormente coinvolto nell'aderire alla terapia ed è più attento. Non solo, ma viene a determinarsi un circuito virtuoso che può portare il medico ad assegnare al paziente un limitato margine di decisione nell'aggiustamento della terapia conseguente alle letture. E' evidente che il grado di libertà non è valido per tutti ma va concesso a pazienti consapevoli e responsabili e va valutato caso per caso prima di introdurre "mano libera" come pratica clinica comune. Di contro l'automonitoraggio ben fatto e la trasmissione dati al medico viene consigliato a tutti.

A.D. - Corso di Porta Nuova, 23 - 20121 Milano

Iscritta al Registro Regionale del Volontariato: Foglio 629 - n° 2513 - Cod. Fiscale 97226520159

C/C Postale 43489202 - Banca Commercio & Industria - IBAN IT85K05048017940000000 34119

Tel/Fax: 02.63632775 - Cell 328.4540498 e-mail: info@amicideldiabetico.org - sito: www.amiciamicideldiabetico.org

Facebook: [amici del diabetico](#) - Twitter: [amicidiabetico](#)