

TEST DI AUTOVALUTAZIONE PER POTS E IPOTENSIONE ORTOSTATICA

A cura di NPF e POTS Italia – www.neuropatiadellepiccolefibre.net

Per risultati accurati

_Sdraiati per diversi minuti prima di prendere la pressione sanguigna in piedi. Devi essere riposato e tranquillo.







_Misura la pressione sanguigna a intervalli di 1 minuto per 3-5 minuti.

Chiedi al medico di vedere il tuo grafico e cercare questi segni per POTS o IPOTENSIONE ORTOSTATICA:

_Diminuzione della Pressione in piedi (fino a 20/10 mmHG)

_Aumento della frequenza cardiaca di almeno 30 bpm stando in piedi.

BP=Pressione arteriosa HR=Battiti(frequenza cardiaca)

SDRAIATO		15 min.	BP _____ / _____ HR _____	Sintomi Associati <small>(capogiri, nausea, vista oscurata ecc...)</small>	
IN PIEDI <small>lettura eseguita a intervalli di 1 minuto per 3-5 minuti</small>		1 min.	BP _____ / _____ HR _____		
		2 min.	BP _____ / _____ HR _____		
		3 min.	BP _____ / _____ HR _____		
		4 min.	BP _____ / _____ HR _____		
		5 min.	BP _____ / _____ HR _____		

IMPORTANTE: nei casi lievi di POTS è necessario stare in piedi per periodi di tempo più lunghi. I pazienti potrebbero aver bisogno di stare in piedi per un'ora, ma riconosciamo che non è pratico per la maggior parte dei medici. È importante riconoscere che nei casi lievi le variazioni della frequenza cardiaca possono essere più pronunciate al mattino che nel corso della giornata.