



**Scheda di
monitoraggio
della
pressione
sanguigna**

Chiama il **311** o visita il sito
nyc.gov/health.

NYC
Health

Livello desiderato di pressione sanguigna

_____ / _____

Controllerò la pressione sanguigna ogni:

- giorno il mattino
 settimana pomeriggio

La pressione alta può essere pericolosa per te e per il tuo bambino. Contatta subito l'operatore sanitario se la tua pressione sanguigna è superiore a

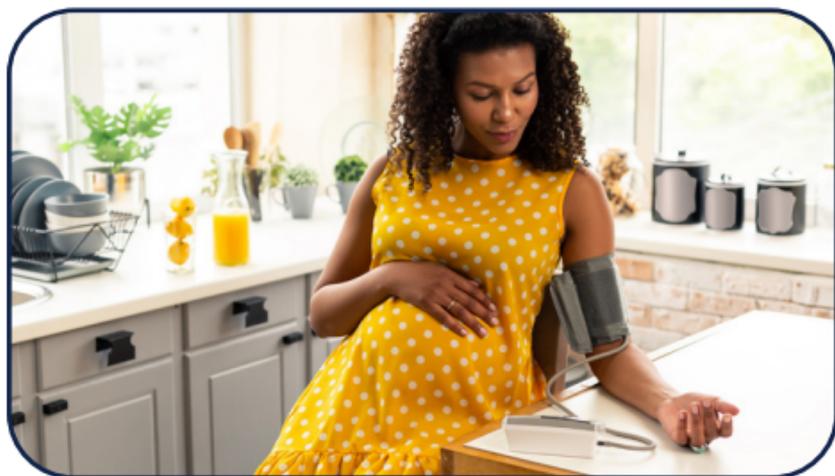
_____ / _____.

Usa questa scheda per monitorare la tua pressione sanguigna durante l'intera gravidanza e dopo il parto. Chiedi al tuo operatore sanitario con quale frequenza misurare la pressione sanguigna.

| Data | Pressione sanguigna |
|---------------------------------------|---------------------|---------------------------------------|---------------------|---------------------------------------|---------------------|---------------------------------------|---------------------|---------------------------------------|---------------------|---------------------------------------|---------------------|
| ___/___/___
● mattino ● pomeriggio | / |
| ___/___/___
● mattino ● pomeriggio | / |
| ___/___/___
● mattino ● pomeriggio | / |
| ___/___/___
● mattino ● pomeriggio | / |
| ___/___/___
● mattino ● pomeriggio | / |
| ___/___/___
● mattino ● pomeriggio | / |

Usa il tuo misuratore di pressione personale o richiedi un controllo in farmacia. Per trovare la farmacia più vicina che offra gratuitamente il servizio di controllo della pressione, visita il sito [nyc.gov/health/map](https://www.nyc.gov/health/map). Se hai bisogno di assistenza, rivolgiti al personale della farmacia.

Il mio piano d'azione



Istruzioni particolari

Quando la pressione sanguigna è superiore a ___ / ___, devo

Quando la pressione sanguigna è inferiore a ___ / ___, devo

Informazioni personali

Nome:

Data del parto (se applicabile):

Operatore sanitario:

Numero di telefono operatore sanitario:

Farmaci per la pressione sanguigna:

Tieni traccia dei farmaci che assumi. Se l'operatore sanitario cambia un farmaco e/o modifica il dosaggio, aggiorna questa sezione.

Per maggiori informazioni, contatta l'operatore sanitario o chiama il **311**.