



PREPARAZIONE ALL'ESAME HOLTER PRESSORIO (MONITORAGGIO AMBULATORIALE DELLA PRESSIONE ARTERIOSA 24 ORE)

Foglio informativo per il paziente – Medical Group (Centro Privato)

Introduzione

Al Medical Group, ci impegniamo a offrirti cure di eccellenza. L'Holter Pressorio è un esame diagnostico fondamentale per valutare in modo approfondito la tua pressione arteriosa nelle diverse ore del giorno e della notte. Questa guida ti fornirà tutte le informazioni necessarie per prepararti al meglio e affrontare l'esame con serenità.

1. Titolo dell'esame

HOLTER PRESSORIO (MONITORAGGIO AMBULATORIALE DELLA PRESSIONE ARTERIOSA 24 ORE)

Sinonimi: ABPM (Ambulatory Blood Pressure Monitoring), Holter della pressione, Monitoraggio pressorio delle 24 ore.

2. Descrizione generale

L'Holter Pressorio è un piccolo dispositivo portatile che registra automaticamente la pressione arteriosa a intervalli regolari (solitamente ogni 15-30 minuti durante il giorno e ogni 30-60 minuti durante la notte) per un periodo di 24 ore. Il dispositivo è collegato a un bracciale gonfiabile, simile a quello usato per misurare la pressione, che viene indossato al braccio. Questo esame permette di ottenere un profilo pressorio completo, fornendo dati importanti che una singola misurazione in ambulatorio non potrebbe rilevare, come l'ipertensione da "camice bianco" o l'ipertensione notturna. Non è un esame invasivo e non causa dolore.

3. Obiettivi della procedura

- **Diagnosticare l'ipertensione arteriosa** e valutarne la gravità e le fluttuazioni durante le normali attività quotidiane e durante il sonno.
- **Escludere l'ipertensione da "camice bianco"**, una condizione in cui la pressione è alta solo in ambiente medico a causa dell'ansia.
- **Valutare l'efficacia della terapia antipertensiva** e apportare eventuali aggiustamenti alla posologia dei farmaci.
- **Identificare l'ipertensione notturna** (mancanza del normale calo pressorio durante il sonno), un fattore di rischio cardiovascolare.
- **Monitorare pazienti** con sintomi che potrebbero essere legati a fluttuazioni della pressione (es. capogiri, svenimenti).

LE SEDI DEL MEDICAL GROUP

Frosinone Via Armando Fabi, 41
Tel/Fax +39 0775.487906
Mobile +39 370.3251275
prenotazioni@f-medical.it
C.S. F-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 0300095060
Pec: fmedical@pec.it
www.f-medicalgroup.it

Aut.Reg. n. G00817 del 25/01/2024
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Ceccano Via Gaeta I Traversa n.9
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 392.2625419
prenotazioni@kineticsportceccano.it
Kinetic Sport Ceccano s.r.l.s.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcenterceccano@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportceccano.it

Aut.Reg. n. G11140 del 03/10/2016
Dir.San. Dott.ssa Simona Turritani
O.d.M. FR n 3771

Castelliri Via Cona, 86
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 347.8479344
prenotazioni@kineticsportcastelliri.it
Kinetic Sport Center s.r.l.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcentersrl@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportcastelliri.it

Aut.Reg. n. G16914 del 15/12/2023
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Arce Via Valle Snc
Tel/Fax +39 0776.1549937
Mobile +39 327.6999185
arcemedicalgroup@gmail.com
A-MEDICAL GROUP s.r.l. P.Iva:
03161310606 Pec: a-
medicalgroup@pec.it
www.a-medical.it

Aut.Reg. n. G11049 del 11/05/2022
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Sora Via Attilio Roccattani 10-12
Tel/Fax +39 0776.1828287
Mobile +39 392.3417667
prenotazioni@s-medical.it
C.S. S-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 03239810603
Pec: s-medicalgroup@pec.it
www.s-medical.it

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 000001911



4. Indicazioni e requisiti

L'esame è indicato per:

- Sospetto di ipertensione arteriosa.
- Ipertensione da "camice bianco".
- Valutazione dell'efficacia di terapie antipertensive.
- Presenza di ipertensione resistente al trattamento.
- Gravidanza a rischio di pre-eclampsia.
- Pazienti con sintomi suggestivi di ipertensione o ipotensione.
- Non sono richiesti requisiti particolari oltre a quelli di preparazione specificati qui.

5. Norme di preparazione

La preparazione per l'Holter Pressorio è semplice e mira a garantire che il dispositivo funzioni correttamente e registri dati affidabili.

Digiuno / dieta / idratazione

- Non è richiesto digiuno. Puoi mangiare e bere regolarmente.

Esami ematici richiesti

- Nessun esame ematico preliminare è richiesto per questo esame.

Gestione farmacologica

- Non è necessaria la sospensione di alcun farmaco, a meno che il medico prescrittore non ti abbia dato indicazioni diverse. Continua ad assumere regolarmente tutte le tue terapie abituali. Se il medico ha richiesto l'esame proprio per valutare l'efficacia di un farmaco, è fondamentale che questo sia assunto come di consueto.

Premedicazione per allergie (se necessaria)

- Non è prevista alcuna premedicazione per allergie.

Categorie particolari

- **Pazienti in gravidanza:** L'Holter Pressorio è un esame sicuro in gravidanza e può essere eseguito senza problemi.
- **Minori:** Per i pazienti pediatrici, le dimensioni del bracciale saranno adattate all'età e alla circonferenza del braccio del bambino.

LE SEDI DEL MEDICAL GROUP

Frosinone Via Armando Fabi, 41
Tel/Fax +39 0775.487906
Mobile +39 370.3251275
prenotazioni@f-medical.it
C.S. F-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 0300095060
Pec: fmedical@pec.it
www.f-medicalgroup.it

Aut.Reg. n. G00817 del 25/01/2024
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Ceccano Via Gaeta I Traversa n.9
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 392.2625419
prenotazioni@kineticsportceccano.it
Kinetic Sport Ceccano s.r.l.s.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcenterceccano@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportceccano.it

Aut.Reg. n. G11140 del 03/10/2016
Dir.San. Dott.ssa Simona Turritiani
O.d.M. FR n 3771

Castelliri Via Cona, 86
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 347.8479344
prenotazioni@kineticsportcastelliri.it
Kinetic Sport Center s.r.l.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcentersrl@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportcastelliri.it

Aut.Reg. n. G16914 del 15/12/2023
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Arce Via Valle Snc
Tel/Fax +39 0776.1549937
Mobile +39 327.6999185
arcemedicalgroup@gmail.com
A-MEDICAL GROUP s.r.l. P.Iva:
03161310606 Pec: a-
medicalgroup@pec.it
www.a-medical.it

Aut.Reg. n. G11049 del 11/05/2022
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Sora Via Attilio Roccotani 10-12
Tel/Fax +39 0776.1828287
Mobile +39 392.3417667
prenotazioni@s-medical.it
C.S. S-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 03239810603
Pec: s-medicalgroup@pec.it
www.s-medical.it

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 0000001911



6. Modalità di accesso e abbigliamento

- **Orario di presentazione:** Ti preghiamo di presentarti in accettazione con **15 minuti di anticipo** rispetto all'orario fissato per l'applicazione del dispositivo.
- **Documenti da portare:** Carta d'identità, tessera sanitaria, richiesta medica per l'esame.
- **Come vestirsi:** Indossa abiti comodi, ampi e non attillati sulle braccia (preferibilmente a maniche corte o larghe) per consentire il posizionamento agevole del bracciale. Per le donne, si consiglia un top o una maglietta comoda. Non indossare abiti che potrebbero strusciare eccessivamente sul bracciale o sul dispositivo, causando rumori che potrebbero interferire con la registrazione.

7. Durante le 24 ore di monitoraggio

- **Mantieni le tue normali attività:** È fondamentale che tu svolga le tue solite attività quotidiane, inclusi lavoro, riposo ed esercizio fisico (moderato). Non alterare le tue abitudini.
- **Braccio immobile durante la misurazione:** Ogni volta che senti il bracciale gonfiarsi, ferma qualsiasi attività, rilassa il braccio e tienilo disteso lungo il corpo o appoggiato, senza muoverlo o parlare, fino a quando il bracciale non si sarà sgonfiato completamente.
- **Non bagnare il dispositivo:** L'Holter Pressorio non è impermeabile. Non puoi fare docce, bagni o nuotare mentre indossi il dispositivo.
- **Annota le attività e i sintomi:** Ti verrà fornito un diario sul quale dovrai annotare l'orario di assunzione di farmaci, l'inizio e la fine del sonno, i pasti, eventuali attività fisiche intense, stress o qualsiasi sintomo (es. capogiri, dolore al petto, affanno) si dovesse presentare, specificando l'ora. Questo aiuterà il medico a interpretare i dati.
- **Non manomettere il dispositivo:** Non tentare di rimuovere o regolare il dispositivo autonomamente. Se ci fossero problemi, contatta il centro.

8. Documentazione aggiuntiva da portare

- **Prescrizione medica:** È indispensabile portare la prescrizione del medico curante o specialista che richiede l'esame.
- **Referti precedenti:** Se possiedi referti di precedenti misurazioni della pressione, visite cardiologiche o altri esami correlati, portali con te per un confronto clinico.

LE SEDI DEL MEDICAL GROUP

Frosinone Via Armando Fabi, 41
Tel/Fax +39 0775.487906
Mobile +39 370.3251275
prenotazioni@f-medical.it
C.S. F-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 0300095060
Pec: fmedical@pec.it
www.f-medicalgroup.it

Aut.Reg. n. G00817 del 25/01/2024
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Ceccano Via Gaeta I Traversa n.9
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 392.2625419
prenotazioni@kineticsportceccano.it
Kinetic Sport Ceccano s.r.l.s.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcenterceccano@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportceccano.it

Aut.Reg. n. G11140 del 03/10/2016
Dir.San. Dott.ssa Simona Turritiani
O.d.M. FR n 3771

Castelliri Via Cona, 86
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 347.8479344
prenotazioni@kineticsportcastelliri.it
Kinetic Sport Center s.r.l.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcentersrl@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportcastelliri.it

Aut.Reg. n. G16914 del 15/12/2023
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Arce Via Valle Snc
Tel/Fax +39 0776.1549937
Mobile +39 327.6999185
arcemedicalgroup@gmail.com
A-MEDICAL GROUP s.r.l. P.Iva:
03161310606 Pec: a-
medicalgroup@pec.it
www.a-medical.it

Aut.Reg. n. G11049 del 11/05/2022
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Sora Via Attilio Roccotani 10-12
Tel/Fax +39 0776.1828287
Mobile +39 392.3417667
prenotazioni@s-medical.it
C.S. S-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 03239810603
Pec: s-medicalgroup@pec.it
www.s-medical.it

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 000001911



FAQ - Domande Frequenti sull'Holter Pressorio

Per aiutarti a prepararti al meglio, ecco alcune domande comuni che i pazienti pongono riguardo all'Holter Pressorio:

D: Posso fare sport mentre indosso l'Holter? R: Sì, puoi svolgere le tue normali attività fisiche, anche moderate. Tuttavia, durante la misurazione, è importante fermarsi e tenere il braccio immobile. Evita sport acquatici o attività che possano bagnare il dispositivo. Annota sempre l'attività fisica sul diario.

D: Cosa succede se il bracciale si gonfia e non misuro la pressione? R: Il dispositivo è programmato per effettuare misurazioni a intervalli specifici. Se una misurazione non va a buon fine (es. per movimento), il dispositivo potrebbe tentare una nuova misurazione poco dopo. L'importante è cercare di mantenere il braccio immobile e rilassato durante il gonfiaggio. Un numero limitato di misurazioni mancanti non compromette l'esito dell'esame.

D: Devo annotare anche i farmaci che prendo regolarmente? R: Sì, è fondamentale annotare l'orario di assunzione di tutti i farmaci, in particolare quelli per la pressione o altri disturbi cardiovascolari. Questo aiuterà il medico a correlare le misurazioni della pressione con la tua terapia.

D: Posso togliere l'Holter per fare la doccia? R: No, il dispositivo non può essere rimosso o bagnato per nessun motivo. Dovrai evitare docce e bagni per le 24 ore di durata del monitoraggio.

D: Se sento dolore al braccio quando il bracciale si gonfia, cosa devo fare? R: Un leggero fastidio è normale quando il bracciale si gonfia. Se il dolore è eccessivo o persistente, o se si manifesta intorpidimento o formicolio al braccio, contatta immediatamente il nostro centro per ricevere assistenza e valutare la situazione. Non rimuovere il dispositivo autonomamente.

D: Come devo dormire con l'Holter? R: Cerca di dormire nella tua posizione abituale. Il dispositivo continuerà a misurare la pressione anche di notte. Se il bracciale si gonfia mentre dormi, potrebbe svegliarti, ma è normale e fa parte della registrazione notturna.

D: Posso usare il telefono o il computer mentre indosso l'Holter? R: Sì, puoi usare normalmente telefoni cellulari, tablet e computer. Non ci sono interferenze note con l'Holter Pressorio.

D: Quanto dura l'applicazione e la rimozione del dispositivo? R: L'applicazione richiede circa 10-15 minuti. La rimozione, dopo le 24 ore, richiede solo pochi minuti.

Tutte le indicazioni riportate devono essere sempre condivise con il proprio medico curante per adattamenti clinici personalizzati.

Il personale sanitario Medical Group è formato per gestire ogni eventuale reazione avversa secondo le linee guida nazionali vigenti.

LE SEDI DEL MEDICAL GROUP

Frosinone Via Armando Fabi, 41
Tel/Fax +39 0775.487906
Mobile +39 370.3251275
prenotazioni@f-medical.it
C.S. F-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 0300095060
Pec: fmedical@pec.it
www.f-medicalgroup.it

Aut.Reg. n. G00817 del 25/01/2024
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Ceccano Via Gaeta I Traversa n.9
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 392.2625419
prenotazioni@kineticsportceccano.it
Kinetic Sport Ceccano s.r.l.s.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcenterceccano@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportceccano.it

Aut.Reg. n. G11140 del 03/10/2016
Dir.San. Dott.ssa Simona Turritani
O.d.M. FR n 3771

Castelliri Via Cona, 86
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 347.8479344
prenotazioni@kineticsportcastelliri.it
Kinetic Sport Center s.r.l.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcentersrl@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportcastelliri.it

Aut.Reg. n. G16914 del 15/12/2023
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Arce Via Valle Snc
Tel/Fax +39 0776.1549937
Mobile +39 327.6999185
arcemedicalgroup@gmail.com
A-MEDICAL GROUP s.r.l. P.Iva:
03161310606 Pec: a-
medicalgroup@pec.it
www.a-medical.it

Aut.Reg. n. G11049 del 11/05/2022
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Sora Via Attilio Roccotani 10-12
Tel/Fax +39 0776.1828287
Mobile +39 392.3417667
prenotazioni@s-medical.it
C.S. S-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 03239810603
Pec: s-medicalgroup@pec.it
www.s-medical.it

Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 000001911