BEÄNH SUY TIM MAÕN TÍNH

Caân löôïng

Quyù vò caàn phaûi theo doõi caân löôïng ñeå kieåm soaùt beänh suy tim.
Neân töï ño caân löôïng ngay vaøo buoåi saùng tröôùc khi quyù vò aên hoaëc uoáng moïi thöù gì.
Neân ño caân löôïng vaøo cuøng giôø, maëc cuøng moät loaïi quaàn aùo, vaø treân cuøng moät loaïi caân.
Ghi caân löôïng cuûa quyù vò vaøo soå tay moãi ngaøy. Mang theo soå tay naøy ñeán laàn heïn gaëp baùc só keá tieáp cuûa quyù vò.

CAÂN LÖÔÏNG CUÛA QUYÙ VÒ HOÂM NAY LAØ: _____

AÊN KIEÂNG

AÊn quaù nhieàu muoái (na-tri) seõ gaây ra tình traïng tích nöôùc. Ñieàu naøy laøm cho tim phaûi laøm vieäc naëng nhoïc hôn vaø gaây söng phuø baøn chaân, ngoùn chaân vaø chaân, vaø nhòp thôû theâm naëng nhoïc (thôû hoån heån).

AÊN KIEÂNG: _____
HAÏN CHEÁ CHAÁT LOÛNG: _____

HOAÏT ÑOÄNG

Quyù vò coù theå khoù hoaït ñoäng theå chaát. Haõy baøn thaûo vôùi baùc só veà hoaït ñoäng ngaøy caøng taêng daàn vôùi khoaûng thôøi gian nghæ ngôi theo hoaïch ñònh.

____ Coù giôùi haïn
____ Khoâng giôùi haïn

KHAÙM BOÅ TUÙC

Laáy heïn vôùi baùc só trong voøng 10 ngaøy sau khi xuaát vieän.

DUØNG THUOÁC

Ñieàu raát quan troïng laø phaûi duøng taát caû caùc loaïi thuoác khi quyù vò ôû nhaø.

____ Cung caáp höôùng daãn duøng thuoác
____ Toa thuoác
____ Laáy giaáy in thoâng tin veà thuoác / danh saùch thuoác

Caàn goïi cho baùc só neáu coù baát kyø trieäu chöùng naøo döôùi ñaây xaûy ra

Neáu quyù vò taêng theâm 3 caân Anh (pounds) trong moät ngaøy
Taêng meät moûi
Giaûm chòu ñöôïc hoaït ñoäng
Nhòp tim nhanh
Da ñoå moà hôi laïnh
Ho khan hoaëc coù boït
Taêng voøng buïng (kích thöôùc nôi eo)
Taêng thôû hoån heån
Taêng phuø (söng phuø)
Khoù nguû / laãn loän
Bieáng aên.
Khoâng giaûm caân löôïng (chaát loûng) ngay caû khi quyù vò duøng thuoác vieân laøm tan chaát loûng
Baát kyø côn ho ñoät ngoät naøo hoaëc thôû hoån heån vaøo ban ñeâm hoaëc caàn phaûi nguû döïa/ ngoài

ÑI ÑEÁN KHOA CAÁP CÖÙU

Neáu quyù vò bò cheïn hoaëc töùc ngöïc
Neáu quyù vò trôû neân thôû hoån heån cöïc ñoä
Neáu khoâng coù saün baùc só, vaø caùc trieäu chöùng vaãn coøn
Neáu caùc trieäu chöùng suy tim vaãn coøn vaø/hoaëc trôû neân toài teä hôn