

# ПЛАН ДЕЙСТВИЙ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ ПРИ СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ

Имя и фамилия пациента: \_\_\_\_\_

Имя и фамилия контактного лица, его номер телефона, связь с пациентом:  
\_\_\_\_\_

Семейный врач: \_\_\_\_\_

Телефон семейного врача: \_\_\_\_\_

Сопутствующие заболевания пациента:

Целевое значение веса тела: \_\_\_\_\_ кг

Целевое значение артериального давления: \_\_\_\_\_ мм рт. ст.

Целевое значение пульса (диапазон): \_\_\_\_\_ ударов в минуту

Рекомендации при обострении сердечной недостаточности:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## СВЕТОФОР САМОЧУВСТВИЯ

Сердечная недостаточность под контролем	План действий
<ul style="list-style-type: none"><li>• Дыхание обычное, нет нового или усугубляющегося ощущения нехватки воздуха.</li><li>• Тяжести и боли в грудной клетке нет.</li><li>• Ноги и живот выглядят нормально, отеков нет.</li><li>• Вес стабилен.</li><li>• Я могу быть физически активным, как обычно.</li><li>• Кровяное давление и частота пульса в норме.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Продолжайте регулярно взвешиваться один раз в день (желательно утром), старайтесь удерживать свой целевой вес.</li><li>• Продолжайте принимать лекарство в соответствии с предписанной схемой лечения.</li><li>• Продолжайте соблюдать обычный здоровый режим питания.</li><li>• Продолжайте соблюдать регулярный, посильный вам режим физической активности.</li></ul>

Усугубление сердечной недостаточности/ обострение сердечной недостаточности	План действий
<ul style="list-style-type: none"><li>• Все труднее переносится физическая нагрузка, добавляется <b>нехватка воздуха</b> при физической нагрузке</li><li>• Возникает или усугубляется <b>кашель</b>.</li><li>• Возникает или усиливается <b>отек</b> ступней, лодыжек, голеней.</li><li>• В животе <b>ощущение тяжести</b> или чувство полного живота.</li><li>• <b>Вес увеличивается</b> более чем на 2 кг за два дня.</li><li>• В положении лежа становится <b>труднее дышать</b>, и возникает потребность спать с более высоким изголовьем.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Проконсультируйтесь со своим семейным врачом о дальнейшем лечении в течение следующих 72 часов.</li><li>• Скорректируйте схему лечения по согласованию с врачом.</li><li>• Ограничьте потребление жидкости до 1,5 - 2 л в день.</li></ul>

Тяжелое обострение сердечной недостаточности	План действий
<ul style="list-style-type: none"><li>• Самочувствие <b>ухудшается</b> в течение одной недели, несмотря на корректировку схемы лечения</li><li>• <b>Объем выделяемой мочи</b> значительно снижается.</li><li>• Возникает <b>сильная нехватка воздуха</b>, которая не проходит, когда вы сидите на месте.</li><li>• <b>Пульс</b> нерегулярный, очень быстрый (более 110 ударов/мин) или очень медленный (менее 50 ударов/мин).</li><li>• Возникают <b>расстройства сознания</b>.</li><li>• Лежать на спине невозможно из-за <b>нехватки воздуха</b>, сон значительно нарушен, ночью бывают ощущения нехватки воздуха.</li><li>• <b>Отеки</b> возникают в областях выше колена или значительно увеличивается окружность живота.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Немедленно обратитесь в отделение неотложной помощи для получения медицинской помощи. При необходимости вызовите скорую помощь (112).</li></ul>