

心臟病管理區

插入機構標識語

綠色區域	<p>一目了然 (目標)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 無呼吸困難 • 腳，腳踝和腿部無腫脹 • 沒有增重 <ul style="list-style-type: none"> ◦ 您的目標體重是： _____磅 • 無胸痛 • 能從事日常活動 	<p>表現優異!</p> <ul style="list-style-type: none"> • 症狀得到控制 • 要採取的行動： <ul style="list-style-type: none"> ◦ 按要求服藥 ◦ 每天測體重 ◦ 保持健康體重 ◦ 吃低鹽食物 ◦ 戒煙 ◦ 控制酒精量 ◦ 參加所有會診
黃色區域	<p>警告</p> <p>若您有以下任何症狀:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 胸痛或不適 • 手臂或肩膀疼痛，不適 • 活動時呼吸短促或咳嗽 • 睡覺時需要墊高枕頭 • 一天增重三磅 <ul style="list-style-type: none"> ◦ 其他症狀 _____ • 腳，腳踝，腿部腫脹 • 更易疲勞 	<p>從今天做起!</p> <ul style="list-style-type: none"> • 可能需要嘗試其他藥物 • 要採取的行動： <ul style="list-style-type: none"> ◦ 給你的家庭健康護理打電話 _____ (機構的電話號碼) ◦ 或給您的醫生打電話 _____ (醫生的電話號碼)
紅色區域	<p>緊急狀況</p> <ul style="list-style-type: none"> • 長時間胸痛或胸悶 • 下巴，脖子或背部疼痛不適 • 出汗或噁心 • 吃過硝基藥片後依然疼痛或是吃過藥後又開始疼痛 劑量 = _____ • 休息時呼吸困難 • 只有坐著時呼吸才正常 • 一周增重五磅 • 手或臉部浮腫 • 體弱無力，頭疼或頭暈 • 女性: 胃和/或背部上方疼痛 	<p>馬上行動!</p> <ul style="list-style-type: none"> • 您需要立即治療 • 要採取的行動： <ul style="list-style-type: none"> ◦ 給醫生打電話 _____ (醫生的電話號碼) ◦ 或撥打 911

參考文獻: 美國心臟病協會, 2012; 美國心臟病協會, 2012; 疾病防治中心, 2013; 楊希等人, 2013