

# ЗОНЫ управления при заболеваниях сердца

Логотип  
агентства

<b>ЗЕЛЕНАЯ ЗОНА</b>	<p><b>ВСЕ НОРМАЛЬНО (ЦЕЛЕВЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Отсутствие проблем с дыханием</li> <li>Отсутствие отечности ступней, голеней или ног</li> <li>Вес не увеличивается             <ul style="list-style-type: none"> <li>Ваш желаемый вес: _____ фунтов</li> </ul> </li> <li>Отсутствие боли в груди</li> <li>Имеется возможность поддерживать уровень повседневной активности</li> </ul>	<p><b>Отлично!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Симптомы вашей болезни под контролем</li> <li>Ваши действия:             <ul style="list-style-type: none"> <li>Принимайте лекарства в соответствии с предписаниями</li> <li>Ежедневно проверяйте свой вес</li> <li>Поддерживайте здоровый вес</li> <li>Уменьшите содержание соли в пище</li> <li>Прекратите курить</li> <li>Ограничьте потребление алкоголя</li> <li>Не пропускайте приемы у врача</li> </ul> </li> </ul>
<b>ЖЕЛТАЯ ЗОНА</b>	<p><b>ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ</b></p> <p>Если к вам относится хотя бы <u>один</u> из следующих пунктов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Боль или неприятное ощущение в груди</li> <li>Боль или неприятное ощущение в руках или плечах</li> <li>Появление одышки или кашля во время двигательной активности</li> <li>Требуется больше подушек, чтобы заснуть</li> <li>Увеличение веса на 3 фунта за день             <ul style="list-style-type: none"> <li>Другое _____</li> </ul> </li> <li>Отечность ступней, голеней или ног</li> <li>Повышенная утомляемость</li> </ul>	<p><b>Действуйте прямо сегодня!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Возможно, вам понадобится изменить лекарственную терапию</li> <li>Ваши действия:             <ul style="list-style-type: none"> <li>Позвоните <b>своей патронажной медсестре</b></li> <li>_____ (номер телефона агентства)</li> <li>Или же позвоните <b>своему врачу</b></li> <li>_____ (номер телефона врача)</li> </ul> </li> </ul>
<b>КРАСНАЯ ЗОНА</b>	<p><b>ЭКСТРЕННАЯ СИТУАЦИЯ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Непроходящая боль или стеснение в груди</li> <li>Боль или неприятные ощущения в челюсти, шее или спине</li> <li>Потливость или тошнота</li> <li>Боль не прекращается или появляется снова после приема таблеток нитроглицерина доза = _____</li> <li>Затрудненное дыхание в покое</li> <li>Облегчение дыхания в положении сидя</li> <li>Увеличение веса на 5 фунтов за неделю</li> <li>Отечность рук или лица</li> <li>Слабость, головокружение или обморок</li> <li>У женщин: боль в животе и/или в верхней части спины</li> </ul>	<p><b>Действуйте ПРЯМО СЕЙЧАС!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Необходимо, чтобы вас осмотрели <u>незамедлительно</u></li> <li>Ваши действия:             <ul style="list-style-type: none"> <li>Позвоните <b>своему врачу</b></li> <li>_____ (номер телефона врача)</li> <li>Или наберите <b>911</b></li> </ul> </li> </ul>

Источники: [Американская ассоциация кардиологов \(ААК\)](#), 2012; [ААК](#), 2012; [Центр контроля заболеваний \(ЦКЗ\)](#), 2013; [Янси и др.](#), 2013



Данный материал подготовлен Медицинским институтом Западной Виргинии, организацией по улучшению качества, которая ведет общенациональную кампанию «Улучшение качества медицинской помощи на дому» по контракту с Центрами по обслуживанию Medicare и Medicaid (CMS), агентством Министерства здравоохранения и социальных служб США. Изложенные мнения не обязательно отражают политику CMS. Номер публикации: 10SOW-WV-HH-MMD-072414CR