

Các VÙNG Quản Lý Bệnh Tim

Chèn Logo Cơ Quan Tại Đây

VÙNG MÀU XANH LÁ CÂY	<p>KHÔNG CÓ VẤN ĐỀ VỀ SỨC KHỎE (MỤC TIÊU)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Không gặp vấn đề về thở • Không bị sưng bàn chân, mắt cá chân hoặc chân • Không tăng cân <ul style="list-style-type: none"> ○ Trọng lượng mục tiêu của quý vị: _____ pound • Không đau ngực • Có thể làm hoạt động bình thường 	<p>Khỏe Mạnh!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Các triệu chứng của quý vị trong tầm kiểm soát • Hành Động: <ul style="list-style-type: none"> ○ Dùng thuốc theo chỉ định ○ Kiểm tra cân nặng hàng ngày ○ Duy trì cân nặng khỏe mạnh ○ Ăn các thức ăn ít muối ○ Bỏ thuốc ○ Hạn chế chất cồn ○ Giữ đúng tất cả các cuộc hẹn của bác sĩ
VÙNG MÀU VÀNG	<p>CẢNH BÁO</p> <p>Nếu quý vị có bất kỳ dấu hiệu nào sau đây:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Đau ngực hoặc khó chịu • Đau hoặc khó chịu ở cánh tay hoặc vai • Thở dốc hoặc ho khi hoạt động • Cần thêm gối để ngủ • Tăng 3 pound trong một ngày <ul style="list-style-type: none"> ○ Khác _____ • Sưng bàn chân, mắt cá chân hoặc chân • Mệt hơn 	<p>Hành Động Ngay Hôm Nay!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quý vị có thể cần thay đổi thuốc • Hành Động: <ul style="list-style-type: none"> ○ Gọi cho y tá chăm sóc sức khỏe tại nhà của quý vị <p style="text-align: center;">_____ (số điện thoại của cơ quan)</p> ○ Hoặc gọi cho bác sĩ của quý vị <p style="text-align: center;">_____ (số điện thoại của bác sĩ)</p>
VÙNG MÀU ĐỎ	<p>CẤP CỨU</p> <ul style="list-style-type: none"> • Đau ngực hoặc tức ngực, và các triệu chứng không biến mất • Đau hoặc khó chịu ở hàm, cổ hoặc lưng • Toát mồ hôi hoặc buồn nôn • Tiếp tục đau hoặc đau lại sau khi uống viên Nitro liều= _____ • Khó thở khi nằm • Phải ngồi dậy để thở • Tăng 5 pound trong 1 tuần • Sưng tay hoặc mắt • Cảm thấy ốm yếu, chóng mặt hoặc ngất • Phụ nữ: đau bụng và/hoặc đau lưng trên 	<p>Hành Động NGAY BÂY GIỜ!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quý vị cần được bác sĩ khám ngay lập tức • Hành Động: <ul style="list-style-type: none"> ○ Gọi bác sĩ của quý vị <p style="text-align: center;">_____ (số điện thoại của bác sĩ)</p> ○ Hoặc gọi 911

Tài liệu tham khảo: [AHA, 2012](#); [AHA, 2012](#); [CDC, 2013](#); [Yancy, et al, 2013](#)