

提醒病人的資料 PATIENT REMINDERS

心臟衰竭

心臟衰竭是一種醫學情況，通常是慢性疾病

心臟衰竭指心臟肌肉衰弱，未能有效泵血。

這樣造成身體的纖維及器官未有得到足夠血液。血液不流通會引起以下症狀：

- 呼吸急促
- 雙手及下腿腫脹
- 鼓脹感覺
- 心跳不平衡
- 晚上步行時會突然呼吸急促
- 平平臥下時會有困難呼吸

減少症狀的方法

1. 每日在吃早餐前量度體重
你的目標體重是：



2. 限制每天祇可飲用 6 至 8 杯飲料



祇可飲用
6 至 8 杯

3. 禁吃鹽分過高食物



4. 不要在食物中加鹽



5. 服用處方的藥物

no smoking
no alcohol

6. 每日盡量做點運動



7. 不喝酒、不抽煙

何時致電醫生或去看醫生

如果你在一星期內增加了五磅(2.5 千克)，或在兩天內增加了 4 磅(2 千克)。



如果你打算改變所用的藥物 (包括非處方藥物)

如果你留意到以下任何一個情況：

- 胸部痛楚
- 突然暈眩或心悸
- 愈加疲倦
- 平平臥下時呼吸有困難
- 呼吸愈加急促
- 晚上呼吸有困難
- 腫脹情況加劇，例如足踝腫脹、鼓脹或衣物變緊

