

치료를 안내하는 데 도움이 되는 심부전 영역

심부전으로 삶이 바뀌지만 단계별로 잘 관리할 수 있습니다. 귀하는 심부전을 이겨 낼 수 있습니다. 이 실행 계획을 사용하여 잘 관리하시기 바랍니다. 적어도 1년에 한 번 의료 제공자와 함께 이 계획을 검토하십시오.

1. 매일 어떤 영역에 있는지 확인하십시오.	2. 그런 다음 해당 영역에 따라 무엇을 할지 결정하십시오.
<p>녹색 영역에 있습니까? </p> <p>다음은 모두 적용되는 경우:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 발, 발목, 다리, 복부가 붓지 않음 • 평소에 하던 일을 할 수 있음 • 숨참이나 호흡 곤란 없음 • 평소처럼 식사함 • 급격한 체중 증가 없음 • 흉통 없음 	<p>그렇다면 녹색 영역 실행 계획을 따르십시오.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 처방대로 약을 계속 복용할 것 ✓ 매일 체중을 재서 급격한 수분 축적이 있는지 확인할 것 ✓ 발, 발목, 다리, 복부에 부기가 있는지 확인할 것 ✓ 활동적으로 생활하고 가능한 한 매일 움직일 것 ✓ 선택할 수 있다면 저염식 옵션을 선택할 것 ✓ 최소 1년에 한 번 의료 제공자를 방문할 것 ✓ 독감, 폐렴 및 Covid-19 백신을 접종받을 것 ✓ 금연하고 흡연자로부터 거리를 유지할 것
<p>황색 영역에 있습니까? </p> <p>다음 중 하나라도 해당되면 도움이 필요합니다.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 새로운 또는 증가된 기침 • 24시간(1일) 내에 2 파운드 이상의 체중 증가 또는 • 1주일에 5 파운드 이상의 체중 증가. • 발목, 다리 또는 복부의 새로운 부종 • 잠을 자려면 더 많은 베개가 필요하거나 의자에서 자야 함 • 일상적인 활동을 할 때 호흡 곤란 • 식사할 때 평소보다 더 빨리 포만감을 느낌 • 평소보다 더 피곤함 	<p>그렇다면 황색 영역 실행 계획을 따르십시오.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 다음 단계를 수행하기 위해 24시간 넘게 기다리지 마십시오. <ul style="list-style-type: none"> ✓ 정규 진료 시간 중에 의료 제공자에게 전화하여 치료 방법에 변경이 필요한지 확인하고 복용하는 이노제 용량을 변경해야 하는지 문의할 것 ✓ 의료 제공자의 진료 시간 이후에 도움이 필요하면 귀하의 건강 보험에서 제공하는 간호사 상담 라인으로 전화할 것 ✓ 소금 섭취량에 각별히 주의할 것 ✓ 평소보다 붓기가 심하면 음료수를 제한할 것
<p>적색 영역에 있습니까? </p> <p>다음 중 하나라도 있는 경우 즉시 도움이 필요합니다.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 사라지지 않는 흉통 또는 흉부 긴장 • 새로운 또는 악화된 혼돈 또는 분명하게 생각하는 데 문제가 있음 • 쉬는 상태에서도 심한 숨참 • 어지러움, 걷거나 일어서는 데 문제가 있음, 낙상, 실신, 기절 • 활동을 하지 않아도 극도의 피로 	<p>그렇다면 즉시 도움을 받으십시오!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 9-1-1에 전화