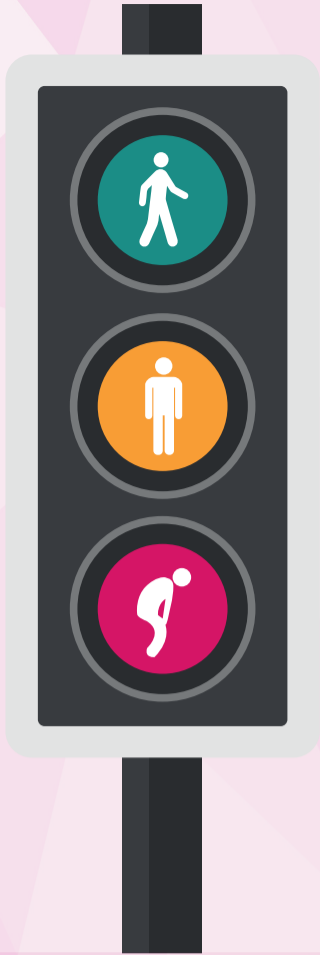


Chest Heart & Stroke Scotland

Semafor pro srdeční selhání



Chest
Heart &
Stroke
Scotland



NO LIFE HALF LIVED

O srdečním selhání

Srdeční selhání zní velmi znepokojivě, ale běžně se používá k popisu onemocnění, kdy je srdeční sval oslabený a nedokáže dodávat krev do celého těla tak účinně jako dřív. Jinými slovy srdeční sval nedokáže dodávat tělu dostatečně rychle dostatek krve, což vede k různým symptomům. Tyto symptomy můžete začít pociťovat při pohybu, ale postupem času mohou být zřetelné i při odpočinku.

Další podpora

Chest Heart & Stroke Scotland nabízí rozsáhlou podporu pacientům se srdečním selháním. Ta zahrnuje:

- Podpůrná služba pro srdeční a respirační onemocnění, která omezuje izolaci a zlepšuje kvalitu života pacientů se selháním srdce v jejich komunitách.
- Program Voices Scotland poskytuje lidem trpícím onemocněním hrudníku a srdce nebo těm, kteří prodělali mrtvici, znalosti, dovednosti a důvěru ve spolupráci s NHS při plánování nových a lepších služeb.
- Publikace vytvořené CHSS nabízejí snadno čitelné informace a pokyny ohledně onemocnění hrudníku, srdce a mrtvice.

Více informací: volejte sestry na poradenské lince **0808 801 0899**, navštivte www.chss.org.uk/heart nebo pošlete e-mail na adresu adviceline@chss.org.uk.

Publikováno XXXXXX

A258-Comms-Heart Failure

Scottish Charity (č. SC018761)

Moje informace

Moje jméno: _____ Datum: _____

Moje zdravotní sestra pro srdeční selhání

Jméno: _____

Číslo: _____

Můj praktický lékař

Jméno: _____

Číslo: _____

Pohotovostní číslo praktického lékaře: _____

Číslo NHS 24: 111 _____

O tomto letáčku

Tento letáček Vám pomáhá lépe rozumět svému srdečnímu selhání a vědět, co dělat, pokud Vám není dobře. Před použitím tohoto semaforu si o něm nejdříve promluvte se svým praktickým lékařem nebo zdravotní sestrou, která Vás ošetřovala po srdečním selhání, a ujistěte se, že víte, co máte dělat, pokud se necítíte dobře.

Pokud již máte osobní plán, jak toto onemocnění zvládat, semafor ho nenahrazuje a tento plán byste měli používat i nadále.

CÍTÍM SE DOBŘE

Nedošlo k žádné změně v mojí schopnosti vykonávat moje běžné každodenní aktivity



Když jste v zelené zóně, Váš stav je stabilní:

- Jste na své cílové váze
- Vaše dušnost není horší než obvykle
- Otoky kotníků a žaludek jsou stabilní
- Necítíte bolest na hrudi

Zelená zóna znamená, že Vaše symptomy jsou pod kontrolou. Měli byste:

- Nadále brát své léky podle předpisu
- Nadále se denně vážit
- Říďte se omezením tekutin podle doporučení
- Jezte stravu s nízkým obsahem soli
- Chodte na všechny lékařské prohlídky

Moje cílová váha je

Moje normální úroveň aktivity je

CÍTÍM, ŽE SE MŮJ STAV ZHORŠUJE

V oranžové zóně jste, pokud cítíte, že se Vaše symptomy zhoršují a necítíte se dobře.



Když jste v oranžové zóně můžete cítit, že:

- Vaše váha se poslední 2–3 dny zvyšovala nebo jste během posledního týdne přibrali 3–4 libry (1,5–2 kg)
- Vaše symptomy začínají být „horší“, například:
 - Zvyšující se dušnost
 - Zvyšující se oteklost kotníků, nohou nebo břicha
 - Máte nový kašel nebo se kašel zhoršuje či vás kašel trápí v noci
 - Potřebujete více polštářů, abyste mohli spát
 - Máte nepříjemný pocit na hrudníku

NEBO

- Prostě se necítíte moc dobře.

Oranžová zóna znamená, že musíte přijmout určitá opatření. Ta mohou zahrnovat:

- Upravit léky tak, aby Vám pomohly zbavit se nadměrných tekutin
- Upravit množství tekutin, které přijímáte v nápojích a stravě
- Identifikovat ostatní faktory, které mohou způsobovat, že Vám není dobře, jako je třeba infekce

Požádejte svoji zdravotní sestru nebo lékaře, aby Vám sepsal opatření, která máte v případě zhoršení stavu přijmout.

CÍTÍM SE MNOHEM HŮŘE

Nemohu vykonávat každodenní aktivity bez symptomů nebo pocitu extrémní únavy.



Jste v červené zóně, pokud máte jakékoli z následujících symptomů:

- Vaše váha se náhle zvýšila nebo se nezlepšila poté, co jste se řídili radami své zdravotní sestry nebo lékaře
- Cítíte dušnost, i když odpočíváte
- Při dýchání vnímáte sípot
- Bolí Vás na hrudi
- Začínáte cítit zmatenost

Červená zóna znamená:

Je čas **okamžitě něco udělat! Ještě dnes si promluvte se svojí zdravotní sestrou nebo lékařem.**

Tel:

Pracovní doba:

Po pracovní době volejte NHS 24 na čísle 111

Pokud nemůžete počkat, než Vám sestra nebo lékař zavolají zpět, nebo si myslíte, že je to urgentní, volejte záchrannou službu na čísle 999.