

Primary Care Doctor

Bác sĩ gia đình

Phone Number _____

Cardiologist _____

Phone Number _____

Goal Weight _____

Điện thoại _____

Bác sĩ chuyên về tim _____

Số điện thoại _____

Số cân phải đạt _____



HEART FAILURE

BỆNH SUY YẾU TIM

Know and Follow Your Signals

BIẾT VÀ THEO DÕI NHỮNG TÍN HIỆU



ALL CLEAR

Keep going if you have no:

- shortness of breath
- swelling
- weight gain
- decrease in your ability to maintain your activity level

Tiếp tục hoạt động nếu bạn không có triệu chứng:

- Hụt hơi
- Sưng
- Lên cân
- Giảm khả năng giữ vững mức độ sinh hoạt bình thường

GREEN MEANS

- Your symptoms are under control.
- Continue taking all your medications as ordered.
- Follow your low-salt diet.
- Keep all doctor appointments.

XANH LÁ CÂY nghĩa là

- Những triệu chứng của bạn được kiểm soát tốt
- Tiếp tục uống thuốc như bác sĩ dặn dò
- Ăn kiêng ít muối
- Hãy đi bác sĩ đúng hẹn



CAUTION THẬN TRỌNG

Go with caution if you have two or more of these warning signs.

- increased weight
_____ lbs. in a day or _____ lbs. in a week
- increased cough when lying down or after activity
- increased swelling of hands, ankles, feet or legs
- increased shortness of breath with activity
- increased use of pillows or need to sit in a chair to sleep
- chest pain
- unusual symptoms that bother you

Bạn phải thận trọng khi có hai hay nhiều hơn những tín hiệu báo động như sau:

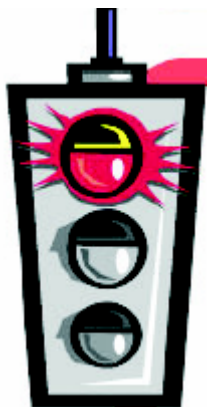
- Lên cân
_____ lbs. trong 1 ngày _____ lbs. trong 1 tuần
- Ho nhiều hơn khi nằm xuống hay sau khi hoạt động
- Bàn tay, mắt cá, chân và bàn chân sưng nhiều hơn
- Hụt hơi nhiều hơn khi hoạt động
- Dùng nhiều gối hơn hoặc cần phải ngồi trên ghế mới ngủ được
- Đau lồng ngực
- Những triệu chứng bất thường khiến bạn khó chịu

YELLOW MEANS

- Your symptoms may show you need a change in your medications
- **Call your doctor** — your doctor may want to adjust your medication.

MÀU VÀNG nghĩa là

- Những triệu chứng của bạn cho thấy bạn cần phải điều chỉnh thuốc uống
- **Hãy gọi bác sĩ của bạn** – bác sĩ sẽ điều chỉnh liều lượng thuốc cho bạn



MEDICAL ALERT BÁO ĐỘNG

Stop and call your doctor if you have:

- no relief from chest pain
- no relief from shortness of breath with activity
- shortness of breath at rest
- wheezing or chest tightness at rest

Hãy dừng lại và gọi Bác sĩ ngay nếu bạn có những triệu chứng sau đây:

- Vẫn không giảm tức ngực
- Vẫn không giảm hụt hơi khi hoạt động
- Vẫn bị hụt hơi khi nghỉ ngơi
- Khò khè và tức ngực

RED MEANS

- You need to be evaluated by a doctor right away.
- **Call your doctor immediately!**

MÀU ĐỎ nghĩa là

- Bạn cần bác sĩ tái khám ngay.
- **Lập tức gọi bác sĩ của bạn ngay!**