


Faktablad: Min hjärtsviktplan
Jag mår bra idag

Upplevelse/symtom

- Min vikt är normal
- Jag är lika andfådd som vanligt
- Min aptit är god
- Jag är inte mer svullen än vanligt i ben eller buk
- Jag orkar röra på mig som vanligt
- Jag sov gott i natt

Att göra

- Fortsätt ta dina mediciner
- Fortsätt att röra dig och träna
- Fortsätt att äta rätt

Jag har en sämre dag eller en tillfällig försämring

Upplevelse/symtom

- Jag är trött
- Jag vägde mer än vanligt imorse
- Jag har ökad känsla av svullnad i buken
- Benen blir mer svullna än normalt framåt kvällen
- Jag har sämre aptit
- Jag har fått mer hosta

Att göra

- Fortsätt ta dina läkemedel
- Kontakta din läkare eller sjuksköterska och diskutera dina symtom
- Ta dina mediciner efter eventuell ny ordination

Jag behöver hjälp!

Upplevelse/symtom

- Jag har ihållande smärta i bröstet
- Jag har ihållande andnöd
- Jag känner mig yr när jag reser mig upp

Att göra

- **Ring 112**
Om möjligt, be någon stanna hos dig till ambulans kommer

Tips från din läkare: _____

Vid svåra besvär ring 112