

心不全 知ってほしいポイント！

★病気の再発予防、重度化防止のためには、

日々のセルフケアが大切です。

病院には定期的に受診して、中断をしないようにしましょう。

また、確実に薬を飲みましょう。

項目		退院時(指示内容)
治療	定期受診	通院をやめないようにしましょう
	観察	<p>『心不全手帳』、『心不全セルフチェック』を参考に!!</p> <ul style="list-style-type: none"> ●心不全のサインの観察 ①安静時の息苦しさ・夜間の咳 ②横になると苦しいが、座ると楽になる ③血圧がいつもよりとても高い、または低い
	薬	指示された用法、用量を守って飲みましょう
	体重管理	退院時《 》kg ※1週間で2kg以上 増えたら病院に相談しましょう
	食事	食塩を多く含む食品はなるべく控え、減塩を心がけましょう
	飲水制限	《 》ml ・ なし
運動	医師や理学療法士から自分に合った運動の内容や注意点について指導を受けましょう。	

