

週1回をめやすにチェック 理想体重_____kg

チエツク項目



緑があったら、通常の診察で相談

心不全セルフチェックシート

週1回をめやすにチェック 理想体重_____kg

こんな症状はありませんか？

- ☐ 疲れやすさ・だるさ
- ☐ 食欲低下
- ☐ 眠れない

- ☐ 理想体重から3kgの増加・減少
- ☐ 動いた時に息切れがする
- ☐ 足のむくみの悪化

- ☐ じっとしていても息苦しい
- ☐ 夜間の強い咳
- ☐ 横になると苦しくなり、座ると楽になる
- ☐ 血圧が低くフラフラする

赤があったら、すぐに受診

黄があったら、早めにかかりつけ医受診

緑があったら、通常の診察で相談

