

تشخيص الرجفان الأذيني ومتابعته

تم تشخيص إصابتك بالرجفان الأذيني (AF)، وفيما يلي ما قد ترغب في مناقشته مع طبيبك بشأن العوامل المساهمة، والمخاطر، وخيارات العلاج.

1. ما هي الحالات التي قد تكون مرتبطة بالرجفان الأذيني؟
(هل تم تشخيص إصابتك بـ/علاجك من أي من الحالات التالية؟)

- | | | | | | |
|--------------------------|-----------------|--------------------------|--|--------------------------|---------------------------|
| <input type="checkbox"/> | ارتفاع ضغط الدم | <input type="checkbox"/> | مرض السكري | <input type="checkbox"/> | زيادة الوزن |
| <input type="checkbox"/> | مرض القلب | <input type="checkbox"/> | مرض الانسداد الرئوي المزمن/ مرض الرئة المزمن | <input type="checkbox"/> | انقطاع التنفس أثناء النوم |
| <input type="checkbox"/> | السكتة الدماغية | <input type="checkbox"/> | اضطرابات الغدة الدرقية | | |

2. ما هي محفزات الرجفان الأذيني لدي؟

(على سبيل المثال، شرب القهوة أو الكحول، التوتر، ممارسة الرياضة البدنية، قلة النوم، ...)

3. ما هو الخطر المصاحب للرجفان الأذيني، هل من الممكن أن يسبب مشاكل أخرى في القلب/الصحة؟

4. ما هو خطر إصابتي بالسكتة الدماغية، وهل نحتاج إلى فعل شيء لتقليل الخطر الذي أكون معرضاً له؟

5. هل من الممكن أن يسوء الرجفان الأذيني؟

6. ما هي خيارات العلاج المتاحة لي؟

7. هل هناك علاج شافٍ للرجفان الأذيني؟

8. ما المعدل الذي أحتاجه للمتابعة؟

9. خطة العلاج:

• ما الذي يجب أن أفعله إذا أصبت بالرجفان الأذيني مرة أخرى؟

- يمكنني البقاء في المنزل لمدة ساعات ما لم أكن مصاباً بالأعراض التالية:

- يمكنني تناول دواء إضافي في شكل:

- بعد ساعات يمكنني الاتصال:

- خارج ساعات العمل، يجب علي الاتصال:

• أنامصاب بالرجفان الأذيني الدائم

- هل هناك دواء إضافي يمكنني تناوله إذا تفاقت الأعراض التي أعاني منها؟

- ما هي الأعراض الجديدة أو المتفاقمة التي يجب أن تدفعني إلى الاتصال بك على الفور؟

- خارج ساعات العمل، يجب علي الاتصال:

10. ما الذي أحتاج إلى معرفته بخصوص حياتي اليومية؟

- هل هناك أي أنشطة أو تمارين يجب عليّ تجنبها؟
- كيف يؤثر نظامي الغذائي أو تناول الكحول/الكافيين على الرجفان الأذيني؟
- هل ما زال بإمكانني قيادة السيارة/التعامل مع الآلات الخطرة؟
- هل يمكنني السفر، بما في ذلك السفر بالطائرة؟
- هل يجب أن أراقب معدل ضربات القلب بجهاز مراقبة القلب؟
- ما هو نوع/مقدار التمرين الذي توصي به؟
- لا مفر من بعض التوتر، فهل توجد طرق موثوقة لإدارة التوتر بشكل جيد؟

تم بدء علاج الرجفان الأذيني، فيما يلي ما قد ترغب في مناقشته مع طبيبك في استشارات المتابعة

1. لقد لاحظت أعراضاً جديدة

- هل يمكن أن يعني ذلك أن الحالة تزداد سوءاً؟
- هل يمكن أن يكون هذا هو أحد الآثار الجانبية لدوائي الجديد أو تفاعل مع أدويتي الأخرى؟
- هل سيبقى الأمر على هذا النحو؟
- هل يمكنني تناول دواء مختلف بدلاً منه؟

2. ما زلت أصاب بنوبات الرجفان الأذيني، فما الذي يمكن فعله أيضاً لجعلي أشعر بتحسن؟

3. أشعر بتحسن كبير، هل يمكنني تقليل جرعة دوائي؟

4. ما الذي سيساعدني على إجراء التغييرات المقترحة في نمط الحياة، هل هناك أي دعم لي؟

- أي منها هو الأهم لأبدأ به؟

5. ما هي الاستراتيجيات التي ستساعدني على تناول الأدوية الموصوفة بانتظام؟

- ماذا أفعل إذا نسيت جرعة من دوائي؟
- ما مدى أهمية الفترات الفاصلة بين جرعات الدواء (هل ثلاث مرات في اليوم تعني كل 8 ساعات أومع كل وجبة)؟
- هل لديك أي نصائح لتذكير نفسي بتناول الدواء بشكل صحيح؟

6. من أيضاً، غيرك أنت، يمكنني الاتصال به للحصول على الدعم (صيدلي، ممرضة مجتمعية، إلخ.)؟

