



Diagnostyka migotania przedsionków i działania następcze

Zdiagnozowano u Pana/Pani migotanie przedsionków. Oto tematy, które warto omówić ze swoim lekarzem w kontekście możliwych przyczyn, ryzyka oraz możliwości leczenia.

1. Jakie uwarunkowania i czynniki mogą mieć związek z migotaniem przedsionków?

(Czy zdiagnozowano u Pana/Pani którykolwiek z poniższych stanów lub był on poddany leczeniu?)

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Nadciśnienie tętnicze | <input type="checkbox"/> Cukrzyca | <input type="checkbox"/> Nadwaga |
| <input type="checkbox"/> Choroby serca | <input type="checkbox"/> COPD/przewlekła choroba płuc | <input type="checkbox"/> Bezdech senny |
| <input type="checkbox"/> Udar | <input type="checkbox"/> Zaburzenia czynności tarczycy | |

2. Jakie są moje indywidualne czynniki wyzwalające migotanie przedsionków?

(Na przykład spożywanie kawy lub alkoholu, stres, wysiłek fizyczny, brak snu itp.)

.....

3. Jakie ryzyko wiąże się z migotaniem przedsionków? Czy zaburzenie to może powodować inne problemy z sercem/zdrowiem?

.....

4. Jak jest w moim przypadku ryzyko wystąpienia udaru i czy należy zrobić coś w celu zmniejszenia tego ryzyka?

.....

5. Czy problem migotania przedsionków może się pogłębić?

.....

6. Jakie są dostępne dla mnie opcje leczenia?

.....

7. Czy migotanie przedsionków da się wyleczyć?

.....

8. Jak często muszę robić badania kontrolne?

.....

9. Plan leczenia:

• Co należy zrobić w przypadku nawrotu migotania przedsionków?

- Mogę zostać w domu przez godzin, chyba że mam następujące objawy:
- Mogę przyjąć dodatkowe leki w postaci:
- Po godzinach mogę skontaktować się z:
- Poza godzinami pracy należy kontaktować się z:

• Mam przetrwałe migotanie przedsionków

- Czy jest dodatkowy lek, który mogę przyjąć w przypadku zaostrzenia się objawów?
- Jakie nowe lub nasilające się objawy powinny skłonić mnie do natychmiastowego kontaktu?
- Poza godzinami pracy należy kontaktować się z:

10. Czego muszę być świadom/świadoma na co dzień?

- Czy istnieją jakieś aktywności lub ćwiczenia, których należy unikać?
- W jaki sposób mój sposób odżywiania lub spożycie alkoholu/kofeiny wpływa na migotanie przedsionków?
- Czy nadal mogę prowadzić samochód/ obsługiwać niebezpieczne urządzenia?
- Czy mogę podróżować, w tym latać samolotem?
- Czy powinienem/powinnam kontrolować swoje tętno za pomocą urządzenia do monitorowania serca?
- Jaki rodzaj ćwiczeń jest zalecany i w jakiej ilości?
- Pewien poziom stresu jest nieunikniony. Czy istnieją wiarygodne i skuteczne metody radzenia sobie ze stresem?

Rozpoczęto **leczenie migotania przedsionków**. Oto tematy, które warto omówić z lekarzem podczas konsultacji kontrolnych.

1. Zaobserwowałem(-am) nowe objawy.

- Czy to może oznaczać pogorszenie się stanu?
- Czy może to być skutek uboczny przyjmowania nowego leku lub interakcji z innymi lekami?
- Czy tak już zostanie?
- Czy zamiast tego leku mogę przyjmować jakiś inny lek?

2. Nadal mam epizody migotania przedsionków. Co jeszcze można zrobić, abym poczuł(-a) się lepiej?

3. Czuję się wiele lepiej. Czy mogę zmniejszyć dawkę przyjmowanych leków?

4. Copomoże mi wprowadzić sugerowane zmiany w stylu życia? Czy mogę liczyć na jakieś wsparcie?

- Które z nich są najważniejsze na początek?

5. Jakie strategie pomogą mi regularnie przyjmować przepisane leki?

- Co należy zrobić w przypadku pominięcia dawki leku?
- Na ile ważne są odstępy między dawkami leków (czy trzy razy dziennie oznacza co 8 godzin, czy z każdym posiłkiem)?
- Czy są jakieś wskazówki, które pomogą mi pamiętać o regularnym przyjmowaniu leków?

6. Do kogo jeszcze, oprócz Pana/Pani, mogę zwrócić się o wsparcie (do farmaceuty, pielęgniarki środowiskowej itp.)?