



# Diagnóstico de FA e acompanhamento

Foi diagnosticado com fibrilhação auricular (FA). Eis o que pode querer discutir com o seu médico sobre fatores de contribuição, riscos e opções de tratamento.

## 1. Que condições podem estar relacionadas com a minha FA?

(Foi diagnosticado com/tratado devido a alguma das seguintes condições?)

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Hipertensão                | <input type="checkbox"/> Diabetes                     | <input type="checkbox"/> Excesso de peso |
| <input type="checkbox"/> Doença cardíaca            | <input type="checkbox"/> DPOC/doença pulmonar crónica | <input type="checkbox"/> Apneia do sono  |
| <input type="checkbox"/> Acidente vascular cerebral | <input type="checkbox"/> Distúrbios da tiroide        |  |

## 2. Quais são os meus estímulos individuais para a FA?

(Por exemplo, consumo de café ou álcool, stress, exercício físico, falta de sono...)

.....

## 3. Qual é o meu risco com a FA? Pode causar outros problemas cardíacos/de saúde?

.....  
.....

## 4. Qual é o meu risco de ter um acidente vascular cerebral? É necessário fazer algo para reduzir o meu risco?

.....  
.....

## 5. A minha FA pode piorar?

.....  
.....

## 6. Quais são as minhas opções de tratamento?

.....  
.....

## 7. Existe uma cura para a FA?

.....  
.....

## 8. Com que frequência devo ser acompanhado?

.....  
.....

## 9. Plano de tratamento:

### ● O que devo fazer se tiver FA novamente?

- Posso ficar em casa durante ..... horas, a menos que apresente os seguintes sintomas: .....
- Posso tomar medicação adicional na forma de: .....
- Depois das ..... horas, posso contactar: .....
- Se for forado horário, devo contactar: .....

### ● Tenho FA permanente

- Existe medicação adicional que possa tomar, no caso de os meus sintomas piorarem?
- Que novos sintomas ou agravamento de sintomas me devem levar a contactá-lo imediatamente?
- Se for forado horário, devo contactar: .....

## 10. O que preciso de saber para a minha vida diária?

- Existem algumas atividades ou exercícios que deva evitar?
- De que modo a minha alimentação ou o consumo de álcool/caféina afetam a FA?
- Posso continuar a conduzir um automóvel/manusear máquinas perigosas?
- Posso viajar, inclusive de avião?
- Devo monitorizar a minha frequência cardíaca com um dispositivo de monitorização cardíaca?
- Que tipo/quantidade de exercício recomendaria?
- Algum stress é inevitável. Existem métodos fiáveis para uma boa gestão do stress?

## A terapia de FA foi iniciada. Eis o que pode querer discutir com o seu médico nas consultas de acompanhamento

### 1. Reparei em novos sintomas

- Pode este ser o agravamento da doença?
- Pode este ser um efeito secundário da minha nova medicação ou uma interação com os meus outros medicamentos?
- Vai continuar assim?
- Posso tomar uma medicação diferente?

### 2. Continuo a ter episódios de FA. O que mais pode ser feito para me fazer sentir melhor?

### 3. Sinto-me muito melhor. Posso reduzir a dosagem da minha medicação?

### 4. CO que me ajudaria a fazer as mudanças de estilo de vida sugeridas? Existe algum apoio para mim?

- Quais são as mais importantes para começar?

### 5. Que estratégias me irão ajudar a tomar os medicamentos prescritos regularmente?

- O que devo fazer se me esquecer de uma dose da minha medicação?
- Qual a importância dos intervalos entre as doses de medicação (três vezes por dia significa a cada 8 horas ou a cada refeição)?
- Tem algumas dicas de como me posso lembrar de tomar a medicação corretamente?

### 6. Quem mais, além de você, posso abordar para obter apoio (*farmacêutico, enfermeiro, etc.*)?