



Preparação para a **sua primeira consulta** com um médico

Na sua primeira consulta, o médico poderá colocar-lhe as seguintes perguntas para compreender melhor os seus sintomas. Pense sobre essas perguntas antes da sua consulta e tente responder às mesmas da forma mais clara possível. Pode ser útil imprimir o questionário, preenchê-lo e levá-lo consigo para a consulta.

1 O seu perfil

Altura

Peso

Alergias a medicação

2 Que sintomas apresenta?

Nenhum

Falta de ar

Cansaço

Palpitações

Dores no peito

Tonturas

Outro, especifique:

.....
.....

3 Quando começou a sentir os sintomas?

.....
.....

4 Se já foi diagnosticado com fibrilhação auricular, quando e por quem foi feito esse diagnóstico?

.....
.....

5 Com que frequência apresenta sintomas? (Pode ser útil manter um diário dos seus sintomas à medida que ocorrem)

Sempre

Diariamente (Quantas vezes por dia?)

Semanalmente (Quantas vezes por semana?)

Mensalmente (Quantas vezes por mês?)

Anualmente (Quantas vezes por ano?)

.....

6 Quanto tempo duram estes episódios? (Pode ser útil manter um diário com a duração de cada episódio)

.....
.....

7 Qual é o nível de gravidade/limitação dos seus sintomas?

As atividades diárias podem incluir subir escadas, caminhar, transportar sacos de compras, realizar exercícios extenuantes (*por exemplo, correr, treinar, jogar ténis, etc.*).

- Nenhum
- Ligeiro (*Sinto algumas limitações, mas não estou preocupado com elas; as minhas atividades diárias normais não são afetadas*)
- Moderado (*Estou preocupado com elas, mas não afetam as atividades diárias*)
- Grave (*Estou preocupado com elas e afetam as minhas atividades diárias*)
- Incapacitante (*Os meus sintomas são tão graves que parei as minhas atividades diárias*)

Que atividades considera particularmente difíceis quando apresenta sintomas? Especifique.

.....

.....

8 Existe algo que pareça melhorar os seus sintomas? (Por exemplo, relaxamento, exercício...)

.....

.....

9 O que, se for o caso, parece causar os seus sintomas? (Por exemplo, consumo de álcool, cafeína, exercício, falta de sono, tabagismo...)

.....

.....

10 Há antecedentes familiares de arritmia?

.....

.....

Outras dicas para se preparar para a sua primeira consulta

- ✓ Anote as principais informações pessoais, incluindo quaisquer antecedentes de doença cardíaca, acidente vascular cerebral, hipertensão, diabetes, doença pulmonar crónica, apneia do sono, distúrbios da tiroide e quaisquer grandes tensões ou mudanças de vida recentes. Considere também os seus antecedentes familiares relativamente a qualquer uma das doenças acima referidas.
- ✓ Leve cópias de qualquer documentação sobre consultas/diagnósticos/procedimentos anteriores para a consulta.
- ✓ Faça uma lista de todos os medicamentos, incluindo vitaminas ou suplementos, que esteja a tomar.
- ✓ Anote as perguntas a colocar ao seu médico na consulta.

Estas podem incluir:

1. Que tipo de exames preciso fazer para descobrir se a FA está a causar os meus sintomas?
2. Existem outros distúrbios do ritmo cardíaco ou doenças cardíacas que possam causar os meus sintomas?
3. Existe algo que recomende para acompanhar melhor os meus sintomas, frequência cardíaca, etc.?
4. O que devo fazer se os sintomas piorarem antes de voltar a vê-lo?
5. A minha doença cardíaca atual é perigosa e, se sim, até que ponto?