



# Подготовка к **первой консультации** у врача

Чтобы лучше разобраться в ваших симптомах, во время первого приема врач может задать вам следующие вопросы. Перед приемом обдумайте эти вопросы и попытайтесь ответить на них как можно более четко. Рекомендуем распечатать этот опросник, заполнить его и взять с собой на прием.

## 1 Ваши личные данные

Рост .....

Масса тела .....

Аллергия на лекарственные препараты .....

## 2 Какие симптомы вы ощущаете?

Никаких

Одышка

Утомляемость

Учащенное сердцебиение

Боль в груди

Головокружение

Другие (укажите): .....

.....

.....

## 3 Когда у вас впервые появились симптомы?

.....

.....

## 4 Если у вас уже диагностирована фибрилляция предсердий, кто и когда поставил этот диагноз?

.....

.....

## 5 Как часто у вас появляются симптомы? (Рекомендуем вести дневник испытываемых симптомов)

Постоянно

Ежедневно (Сколько раз в день?) .....

Еженедельно (Сколько раз в неделю?) .....

Ежемесячно (Сколько раз в месяц?) .....

Ежегодно (Сколько раз в год?) .....

## 6 Сколько длятся эти эпизоды? (Рекомендуем вести дневник продолжительности каждого эпизода)

.....

.....

**7** Насколько тяжело переносятся / сильно вас ограничивают эти симптомы?  
Повседневная активность может включать в себя подъем по лестнице, ходьбу, ношение покупок из магазина, выполнение интенсивных физических упражнений (*например, бег, занятия физкультурой, игра в теннис и т. д.*).

- Совсем не беспокоят
- Легкие (*я чувствую некоторые ограничения, но они меня не беспокоят; на мою обычную повседневную активность это не влияет*)
- Умеренные (*они меня беспокоят, но не влияют на повседневную активность*)
- Тяжелые (*они меня беспокоят и влияют на повседневную активность*)
- Очень тяжелые (*мои симптомы настолько тяжелые, что мне пришлось отказаться от повседневной активности*)

Что вам особенно трудно делать при появлении симптомов? Укажите.

.....

.....

**8** Есть ли что-нибудь, что, как вам кажется, облегчает ваши симптомы? (*Например, релаксация, упражнения...*)

.....

.....

**9** Что, как вам кажется, вызывает у вас симптомы (если такие факторы есть)? (*Например, употребление алкоголя, кофеина, физическая нагрузка, недосып, курение...*)

.....

.....

**10** Были ли случаи заболевания аритмией у ваших прямых родственников?

.....

.....

## Другие советы для подготовки к первой консультации

- ✓ Запишите основные сведения о себе, в том числе о перенесенных сердечных заболеваниях, инсультах, высоком кровяном давлении, диабете, хронической болезни легких, апноэ сна, нарушениях функции щитовидной железы и серьезных стрессах или недавних переменах в жизни. Также вспомните, были ли случаи вышеупомянутых заболеваний среди членов вашей семьи.
- ✓ Принесите с собой на прием документы с прошлых консультаций / диагностических обследований / процедур.
- ✓ Составьте список всех принимаемых вами лекарственных препаратов, включая витамины и пищевые добавки.
- ✓ Запишите вопросы, которые необходимо задать врачу на приеме.

Они могут включать в себя следующее:

1. Какие обследования мне нужно пройти, чтобы выяснить, вызваны ли мои симптомы ФП?
2. Могут ли мои симптомы быть вызваны другими нарушениями сердечного ритма или болезнями сердца?
3. Можете ли вы дать какие-нибудь рекомендации, чтобы лучше отслеживать симптомы, частоту сердечных сокращений и т. д.?
4. Что делать, если симптомы усугубятся до того, как я приду к вам снова?
5. Опасно ли мое текущее сердечное заболевание и, если да, то насколько?