

Kalp yetmezliği sağlığı için hızlı kılavuzunuz

Sağlıklı kalmak için günlük ipuçları



Vücut sıvılarını
yönetin



Daha fazla
hareket edin



İlaçlarınızı alın



Daha az tuz



Olumlu düřünün

Deđiřikliklere dikkat edin



Nefes darlığı

Oturarak mı uyuyorsunuz?
Nefesiniz kesiliyor mu?



Yorgunluk

Normalden daha mı
yorgunsunuz?



řiřkinlik

Ayakkabılar, oraplar
veya pantolonlar dar mı?



Bař dönmesi

Bayılacak gibi veya bař
dönmesi hissediyor
musunuz?



Ağırlık

Ağırlığınız iki veya
daha fazla günde 2 kg
deđiřiyor mu?



Öksürük

Yeni ksrk var mı?
Geceleri daha mı
kötü?

Herhangi bir endişeniz varsa, lütfen şunları arayın:

Doktor

Hemřire

KALP



Kalp çarpıntısı,
göğüs ağrısı (ağırlık
veya daralma)?



Acil Servis

 Sıfırını Arayın (000)

000 ile iliřkiye geemiyorsanız,
112'yi arayın