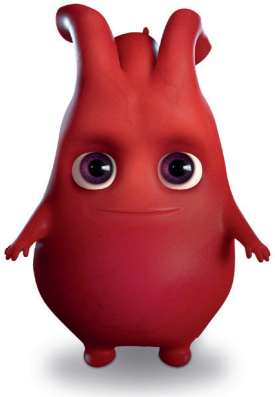
WWW.
RUKUNASRDCE
.CZ

SRDEČNÍ SELHÁNÍ

DENÍK PACIENTA



CO SI KAŽDÝ DEN ZAZNAMENÁVAT

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

NOVA-C11071985 NOVARTIS - RUKUNASRDCE - denicek pacienta A6 v05 -20stran.indd 1 15.08.19 13:51

WWW.
RUKUNASRDCE
.CZ

Na následujících stranách najdete prostor pro záznamy, které vám umožní sledovat vývoj vašich příznaků. Tento přehled může sloužit jako užitečný podklad pro rozhovor s lékařem.

Může se jednat o citlivé informace, týkající se vašeho zdravotního stavu. Abyste předešli jejich zneužití, ***nikdy nevyplňujte, ani na materiál nikam nevpisujte, žádné své osobní údaje*** (např. jméno, příjmení, adresa, telefonní číslo, email, číslo průkazu pojištěnce), které by vás anebo jinou osobu mohli s obsahem materiálu propojit.

Neslouží ke shromažďování či jinému zpracovávání jakýchkoli osobních údajů o vaší osobě, včetně údajů o zdravotním stavu, žádnými jinými osobami. Pokud materiál s vyplněnými údaji předáte svému lékaři, ten je oprávněn materiál využít výhradně v rámci zdravotních služeb, které vám poskytuje a v souladu s příslušnými právními předpisy.

Nepředávejte ani neukazujte vyplněný materiál jiným osobám, ani jej nenechávejte na místech, kde by k němu měly přístup jiné osoby mimo vaši kontrolu. A když už materiál dle vašeho názoru nemá k čemu sloužit, bezpečně jej zlikvidujte.

NOVA-C11071985 NOVARTIS - RUKUNASRDCE - denicek pacienta A6 v05 -20stran.indd 2 15.08.19 13:51

WWW.
RUKUNASRDCE
.CZ

JAK NA MĚŘENÍ

Zaznamenávejte si měření každý den

Tlak a puls je třeba měřit vždy ráno a večer. Ostatní hodnoty vždy zapisujte ve stejnou denní dobu. Pro hodnocení otoků a dušnosti využijte legendu. Jednotlivé barvy značí závažnost obtíží. V deníčku vždy zaškrtněte vyhovující okénko.

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	
12. 12.	120/80	120/80	70	80	7:00	70		✓				✓			✓	

Vybrané hodnoty vyplňujte čísly takto:

Otoky nohou	1 ke kotníkům	2 nad kotníky	3 pod kolena	4 nad kolena
Dušnost	1 při velké námaze	2 při malé námaze	3 v klidu	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

Datum	Tlak		Puls		Hodina	Váha	Otoky				Dušnost			Dušnost vleže		Poznámka
	ráno	večer	ráno	večer			1	2	3	4	1	2	3	NE	ANO	

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

WWW.
RUKUNASRDCE
.CZ

DENÍČEK
NÁVŠTĚV U LÉKAŘE

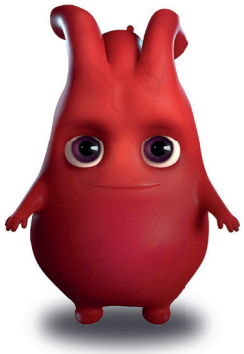
Datum	Pracoviště	Lékař	Poznámka

WWW.RUKUNASRDCE.CZ

WWW.
RUKUNASRDCE
.CZ

DESATERO UVĚDOMĚLÉHO SRDCAŘE[1,2]

1. Berte léky pravidelně a vždy ve stejnou dobu.
2. Upravte svůj jídelníček. Omezte příjem soli.
3. Omezte alkohol a řekněte kouření jednou provždy NE.
4. Hlídejte si příjem tekutin, maximálně 1,5 l denně.
5. Kontrolujte svou váhu, obvod pasu i otoky nohou.
6. Denně si měřte tlak a pulz.
7. Choďte na plánované návštěvy lékaře.
8. U lékaře buďte sdílní – ptejte se na nové možnosti léčby.
9. Mějte u sebe vždy seznam lélů, které užíváte.
10. Žijte aktivně, ale nepřetěžujte se. Dopřejte si dostatek odpočinku.



Reference:
1. F. Bednář Chronické srdeční selhání. Novartis, Praha, 2018.
2. J. Beneš. Srdeční selhání (nejen) pro pacienty. Novartis, Praha, 2018.

ČESKÁ INTERNISTICKÁ SPOLEČNOST

NOVARTIS

Novartis s.r.o., Na Pankráci 1724/129, 140 00 Praha 4
tel.: +420 225 775 111, www.novartis.cz, info.cz@novartis.com

CZ1908718567/08/2019