



Nhật Ký Về Mức Cân Hàng Ngày Cho Bệnh Suy Tim

- Nhớ cân mỗi sáng khi thức dậy. Cân sau khi đi vệ sinh và trước khi quý vị uống thuốc hoặc mặc quần áo. Mức cân lý tưởng hoặc cơ thể bình thường là _____.
(Mức cân của cơ thể bình thường là số cân khi cơ thể không giữ quá nhiều nước.)
- Nếu quý vị tăng 3 pound trong 1 ngày HOẶC 5 pound trong 2 ngày, hãy gọi báo cho bác sĩ của quý vị biết.
- Đề ý triệu chứng bệnh của quý vị mỗi ngày. Ghi chú vào các cột bên dưới.
- Đem hồ sơ này theo khi quý vị đến gặp bác sĩ.

Bình Thường

Triệu chứng bệnh
của quý vị đang
điều trị được

Lưu Ý

Gọi cho bác sĩ
của quý vị

Khẩn Cấp!

Gọi 9-1-1
ngay

Những Triệu Chứng Bệnh Của Tôi Hôm Nay

| Ngày | Cân Nặng | Áp Huyết | Những Triệu Chứng Bệnh Của Tôi Hôm Nay | | |
|------|----------|----------|--|--------------|---------------|
| | | | Xanh Lá Cây – Bình Thường | Vàng – Lưu Ý | Đỏ – Khẩn Cấp |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

UW MedicineUNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER**Regional Heart Center**Box 356171
1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195
206-598-4300© University of Washington Medical Center
Heart Failure Daily Weight Log
Vietnamese

Published/Clinician Review: 05/2012

Reprints on Health Online: <http://healthonline.washington.edu>

Heart Failure Daily Weight Log

- Weigh yourself every morning when you get up. Do this after you go to the bathroom and before you take your medicines or get dressed.

Your ideal or *dry weight* is _____.

(Dry weight is what you weigh when your body is not retaining water.)

- If you gain 3 pounds in 1 day OR 5 pounds in 2 days, call your health care provider.
- Check your symptoms every day. Make notes in the columns below.
- Bring this record with you when you visit your health care provider.

| | | |
|---|---|---|
| OK | Warning | Emergency! |
|  |  |  |
| Your symptoms are under control | Call your health care provider | Call 9-1-1 right away |

| | | | My Symptoms Today | | |
|------|--------|----------------|-------------------|------------------|-----------------|
| Date | Weight | Blood Pressure | Green – OK | Yellow – Warning | Red – Emergency |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

