

CUADERNO de control

PARA PACIENTES CON
INSUFICIENCIA
CARDIACA



Edición 1

Fecha: 20/02/2018

Servicio de Cardiología

Nº de Registro 339 Aprobado por el CTCI



Hospital Universitario
12 de Octubre

SIGNOS DE ALARMA

Si presenta alguno de estos síntomas, consulte con su médico o enfermera



Ganancia de peso rápida:
Más de 1 kilo en un día o
2 kilos en dos o tres días



Le falta más aire que de
costumbre



Hinchazón de pies,
tobillos o abdomen



Necesita más almohadas
para dormir

Se cansa o se
mareja más que de
costumbre



Orina menos



Tos seca
persistente,
sobre todo al
tumbarse



Necesita
dormir sentado,
porque se
ahoga tumbado



Si tiene estos signos de alarma, está reteniendo líquidos. Necesitará subir la dosis de diuréticos (las pastillas para orinar).

Llámenos y le ayudaremos.

Estos síntomas son más graves. Si aparecen, llame al 112 o acuda al Servicio de Urgencias más próximo.



Dolor en el pecho, brazo izquierdo,
hombro, mandíbula o espalda, con
sensación de opresión.



Pérdida de conciencia

CONSEJOS y recomendaciones



PESARSE TODOS LOS DÍAS.

Siempre igual: al levantarse en ayunas, después de orinar. Es la mejor forma de vigilar la retención de líquidos.

Apuntarlo y traerlo a las consultas.



TOMARSE LA TENSIÓN ARTERIAL Y PULSACIONES en reposo 2-3 veces a la semana y si se encuentra mal.

Apuntarlo y traerlo a las consultas.



TOMARSE SIEMPRE SU MEDICACIÓN.



VACUNARSE DE LA GRIPE Y NEUMOCOCO.



Pedir cita con su equipo médico y de enfermería de Atención Primaria para actualizar su medicación y coordinar los cuidados que precisa



NO FUMAR

ni respirar el humo de otros fumadores



Limitar el consumo de **ALCOHOL** y **EXCITANTES** como café, bebidas de cola o té



Evitar los **ANTINFLAMATORIOS**:
diclofenaco, ibuprofeno, indometacina, naproxeno...



[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]

[illegible]

¿Cómo te sientes hoy?

Tensión Arterial

Frecuencia

[illegible]



Teléfonos: **91 779 24 98**
650 78 59 15

horario de llamadas: de 8 a 10h en días laborables

e-mail: ic.hdoc@salud.madrid.org



UNIDAD MULTIDISCIPLINAR DE
INSUFICIENCIA CARDÍACA



Hospital Universitario
12 de Octubre

