

Monitoreo de Síntomas de una Insuficiencia Cardíaca

Una de las cosas más importantes que puede ayudar a su insuficiencia cardíaca es poner atención a sus síntomas diarios. Cualquier cambio en sus síntomas, o síntomas nuevos, pueden significar que su condición está cambiando y debe llamar a su profesional médico. Es importante que se pese diario y anote sus resultados diarios en un cuaderno.

Cualquier aumento repentino de peso significa que su cuerpo está reteniendo líquido. Esto puede ser señal de que está empeorando su insuficiencia cardíaca. Debe de pesarse diario a la misma hora. Siempre debe usar la misma báscula. Y tener puesta la misma cantidad de ropa.

Llame a su profesional médico de inmediato si aumenta 2-3 libras en un período de 24 horas o 5 libras en 1 semana. La inflamación es también un síntoma importante que debe de observar. Diario observe si nota inflamación, o edema, en la parte inferior de su cuerpo, como las piernas, tobillos, pies, parte baja de la espalda, estómago y manos.

Si tiene inflamación repentina o severa, debe de llamar a su profesional médico de inmediato. La fatiga es otro síntoma de insuficiencia cardíaca. Debe estar pendiente si se cansa fácilmente, especialmente si está relacionado con actividad física como caminar o subir escaleras.

En general solo cansada, débil, una sensación de debilidad. A veces baja mi presión, así que me falta energía.

Y si tuviera confusión, mareo o aturdimiento, debe avisarle a su profesional médico de inmediato. También debe de anotarlo en su diario. Asegúrese que incluye la hora, fecha y lo que estaba haciendo.

Lleve su diario a su próxima cita para que pueda mostrárselo a su profesional médico. Si nota un aumento de síntomas de insuficiencia cardíaca, como falta de respiración, tos, pulso más rápido o fatiga, no tenga pánico. Llame a su profesional médico lo antes posible y avísele lo que está pasando. Pueden ayudar a controlar estos síntomas.

Los síntomas comunes de insuficiencia cardíaca incluyen: Edema o inflamación de pulmones, piernas, tobillos, pies y cintura; aumento repentino de peso, más de 2-3 libras en un periodo de 24 horas, o 5 libras en 1 semana; fatiga; confusión; falta de respiración; tos; pulso más rápido; y aumento de sed.

Si monitorea sus síntomas a diario puede reducir los efectos secundarios que la insuficiencia cardíaca tiene en su vida, y ayudarlo a no ser hospitalizado.