



Προετοιμασία για **την πρώτη σας επίσκεψη** σε γιατρό

Στην πρώτη σας επίσκεψη, ο γιατρός μπορεί να σας κάνει τις εξής ερωτήσεις για να κατανοήσει καλύτερα τα συμπτώματά σας. Σκεφτείτε αυτές τις ερωτήσεις πριν από το ραντεβού σας και προσπαθήστε να τις απαντήσετε όσο πιο ξεκάθαρα μπορείτε. Μπορεί να είναι χρήσιμο να εκτυπώσετε το ερωτηματολόγιο, να το συμπληρώσετε και να το πάρετε μαζί σας στο ραντεβού σας.

1 Το προφίλ σας

Ύψος

Βάρος

Αλλεργίες σε φάρμακα

2 Τι συμπτώματα έχετε;

<input type="checkbox"/> Κανένα	<input type="checkbox"/> Πόνος στο στήθος
<input type="checkbox"/> Δύσπνοια	<input type="checkbox"/> Ζάλη
<input type="checkbox"/> Κόπωση	<input type="checkbox"/> Άλλο, διευκρινίστε:
<input type="checkbox"/> Αίσθημα παλμών

3 Πότε αρχίσατε να έχετε συμπτώματα;

.....

.....

4 Εάν έχετε ήδη διαγνωστεί με κολπική μαρμαρυγή, πότε έγινε αυτή η διάγνωση και από ποιον;

.....

.....

5 Πόσο συχνά έχετε συμπτώματα; (Μπορεί να βοηθήσει να κρατάτε ένα ημερολόγιο των συμπτωμάτων σας, καθώς εμφανίζονται)

Πάντα

Κάθε μέρα (Πόσες φορές την ημέρα;)

Κάθε εβδομάδα (Πόσες φορές την εβδομάδα;)

Κάθε μήνα (Πόσες φορές τον μήνα;)

Κάθε χρόνο (Πόσες φορές τον χρόνο;)

6 Πόσο διαρκούν αυτά τα επεισόδια; (Μπορεί να είναι χρήσιμο να κρατάτε ένα ημερολόγιο για τη διάρκεια κάθε επεισοδίου)

.....

.....

7 Πόσο σοβαρά είναι/πόσο σας περιορίζουν τα συμπτώματά σας;
Οι καθημερινές δραστηριότητες μπορεί να περιλαμβάνουν ανέβασμα σκάλας, περπάτημα, κουβάλημα ειδών παντοπωλείου, έντονη άσκηση (π.χ. τρέξιμο, γυμναστική, τένις κ.λπ.).

- Καθόλου.
- Ήπια (Αισθάνομαι κάποιους περιορισμούς, αλλά δεν με προβληματίζουν. Οι συνηθισμένες καθημερινές μου δραστηριότητες δεν επηρεάζονται)
- Μέτρια (Με προβληματίζουν, αλλά δεν επηρεάζουν τις καθημερινές δραστηριότητες)
- Σοβαρά (Με προβληματίζουν και επηρεάζουν τις καθημερινές μου δραστηριότητες)
- Προκαλούν αναπηρία (Τα συμπτώματά μου είναι τόσο σοβαρά που σταμάτησα τις καθημερινές μου δραστηριότητες)

Σε ποιες δραστηριότητες δυσκολεύεστε ιδιαίτερα όταν έχετε συμπτώματα; Διευκρινίστε.

.....

.....

8 Φαίνεται κάτι να βελτιώνει τα συμπτώματά σας; (Για παράδειγμα χαλάρωση, άσκηση, ...)

.....

.....

9 Τι, αν υπάρχει, φαίνεται να προκαλεί τα συμπτώματά σας; (Για παράδειγμα, κατανάλωση αλκοόλ, καφεΐνη, άσκηση, έλλειψη ύπνου, κάπνισμα,...)

.....

.....

10 Υπάρχει οικογενειακό ιστορικό αρρυθμίας;

.....

.....

Άλλες συμβουλές προετοιμασίας για την πρώτη σας επίσκεψη

- ✓ Σημειώστε βασικές προσωπικές πληροφορίες, όπως τυχόν ιστορικό καρδιοπάθειας, εγκεφαλικού, υπέρτασης, διαβήτη, χρόνιας πνευμονοπάθειας, υπνικής άπνοιας, διαταραχών του θυρεοειδούς και οποιαδήποτε σημαντικά επεισόδια στρες ή πρόσφατες αλλαγές στη ζωή σας. Επίσης, λάβετε υπόψη το οικογενειακό σας ιστορικό οποιωνδήποτε από τις παραπάνω παθήσεις.
- ✓ Φέρτε μαζί σας αντίγραφα εγγράφων σχετικών με προηγούμενες επισκέψεις/εξετάσεις/επεμβάσεις στο ραντεβού.
- ✓ Κάντε μια λίστα όλων των φαρμάκων, συμπεριλαμβανομένων των βιταμινών ή των συμπληρωμάτων, που παίρνετε.
- ✓ Σημειώστε ερωτήσεις για να ρωτήσετε τον γιατρό σας στο ραντεβού.

Αυτές μπορεί να περιλαμβάνουν:

1. Τι είδους εξετάσεις πρέπει να κάνω για να μάθω αν η ΚΜ προκαλεί τα συμπτώματά μου;
2. Υπάρχουν άλλες διαταραχές του καρδιακού ρυθμού ή καρδιακές παθήσεις που θα μπορούσαν να προκαλούν τα συμπτώματά μου;
3. Υπάρχει κάτι που προτείνετε για την καλύτερη παρακολούθηση των συμπτωμάτων μου, των παλμών μου κ.λπ.;
4. Τι πρέπει να κάνω σε περίπτωση που τα συμπτώματα επιδεινωθούν πριν σας ξαναδώ;
5. Είναι επικίνδυνη η καρδιοπάθειά μου και, εάν ναι, σε τι βαθμό;