

심장병 일일 체중 기록



- 매일 아침 일어난 다음에 체중을 재십시오. 화장실에 다녀온 다음 약을 복용하거나 옷을 입기 전에 재십시오.

귀하의 이상적인 **드라이 체중**은 _____.

(드라이 체중이란 몸에 액체가 유지되지 않을 때의 체중입니다.)

- 만약 체중이 1일에 3파운드 또는 2일만에 5파운드가 늘어나면, 귀하의 의료 서비스 제공자에게 알려십시오.
- 매일 귀하의 증상을 체크하십시오. 아래 칸에 메모하십시오.
- 귀하의 의료 서비스 제공자를 방문할 때 이 기록을 가지고 가십시오.

좋음	경고	응급!
증상이 관리되고 있음	의료 서비스 제공자에게 연락하십시오	즉시 9-1-1에 연락하십시오

			오늘 나의 증상		
날짜	체중	혈압	녹색 - 좋음	황색 - 경고	적색 - 응급

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

