

# الاستعداد لاستشارتي في 10 خطوات

## 1 السوابق الشخصية

- < القلب والأوعية الدموية
- < أمراض النساء
- < التوليد
- < طبية
- < جراحية



## قبل كل استشارة طبية،

لمساعدة طبيبك على إجراء تشخيص أكثر دقة.

## 2 السوابق العائلية



## 3 العلاجات الحالية



## 4

الحساسية  
للأدوية أو غيرها  
(اليود، الغذاء، وما شابهها)

## 5 عوامل الخطر

- عوامل خطر القلب
- والأوعية الدموية
- والتهاب الوريد
- والانسداد الرئوي



## 6 علامات التحذير الخاصة بأمراض القلب والأوعية الدموية



## 9 الوزن ومحيط البطن



## 7 الملف الطبي مع رسم القلب



## 8 قراءة ضغط الدم بالقياس الذاتي

- في المنزل لمدة 3 أيام؛
- 3 قياسات متتالية في الصباح،
- 3 قياسات المساء،
- 3 أيام متتابعة



## 10

### الفحوصات البيولوجية خلال الـ 6 أشهر الماضية

- الكوليسترول الكلي، البروتين الدهني المنخفض
- الكثافة والبروتين الدهني المرتفع الكثافة
- الكوليسترول الكلي، الدهون الثلاثية،
- تحليل سكر الدم على صيام، تصوير الدم الأيوني /
- الكرياتينين، تقييم كامل للكبد



Agir pour  
le Cœur  
des Femmes

Women's Cardiovascular Healthcare Foundation

www.agirpourlecoeurdesfemmes.com

