SYDÄMEN VAJATOIMINTAPOTILAAN OMA SEURANTA Nimi_____

PVM KLO	Paino	Verenpaine Syke	Liikunta	Lisähuomiot/ oireet/ lääkemuutokset

SYDÄNSAIRAUDET.FI

SYDÄMEN VAJATOIMINTAPOTILAAN OMA SEURANTA Nimi_____

PVM KLO	Paino	Verenpaine Syke	Liikunta	Lisähuomiot/ oireet/ lääkemuutokset

SYDÄNSAIRAUDET.FI

SYDÄMEN VAJATOIMINTAPOTILAAN OMA SEURANTA Nimi_____

Omahoidon tavoitteet

Muutostarpeet liittyen omahoitoon. Esimerkiksi suolan käyttöön, painon hallintaan tai uneen liittyvät tarpeet.	
Keinot. (Esimerkiksi piilosuolan vähentäminen, lääkehoidon ohjeet tai unipäiväkirja)	Tavoitteet. (Lyhyen ja pitkän aikavälin tavoitteet)

Kuntotavoitteet

Toimintakyky. Kuvaus siitä mitä pystyn tekemään. Esimerkiksi portaiden nousu (montako kerrosväliä pysähtymättä) tai kävelymatka (matka pysähtymättä).	
Keinot. (Esimerkiksi liikunnan viikko-ohjelma)	Tavoitteet. (Lyhyen ja pitkän aikavälin tavoitteet)