

# Din observatör för Förmaksflimmer-symtom



En del personer med förmaksflimmer upplever inga tecken alls, medan andra upplever en rad olika symtom. Vissa tycker även att deras förmaksflimmer blir värre med tiden.

Det är viktigt att du är uppmärksam över hur flimmret beter sig, dvs om symtomen förändras eller sker mer ofta. Det är information som är oerhört användbart för ditt vårdteam.

En förståelse för dessa symtom och dess inverkan på din vardag hjälper din läkare att rekommendera och diskutera de lämpligaste behandlingsalternativen för ditt tillstånd. Målet är att få symtomen under kontroll och se till att ditt flimmer hanteras på ett effektivt sätt.

## Vilka är de vanligaste symtomen på förmaksflimmer?



**65 %**  
HJÄRTKLAPPNING

**50 %**  
TRÖTTET

**43 %**  
ANDFÅDDHET

**30 %**  
ALLMÄN  
SJKDOMSKÄNSLA



**19 %**  
YRSEL

**12 %**  
ÅNGEST

**12 %**  
BRÖSTSMÄRTA

**5 %**  
ANNAT

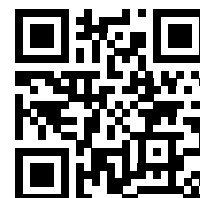


**MER ÄN  
50 %** av **ALLA PATIENTER MED FÖRMAKSFLIMMER**  
har nedsatt förmåga att träna

## Hur fungerar den här symtom-observatören?

- Upplever du något av ovanstående symtom? Om du upplever symtom, håll uppsikt och använd observatören nedan.
- Fyll i observatören varje gång du upplever en episod eller innan du ska till din läkare.
- Anteckna datumet för varje ny observation så att du kan jämföra dina svar över tid.
- Ladda ner denna interaktiva PDF och fyll i den på din dator eller skriv ut den och fyll i den för hand.
- Skriv ut din ifyllda symtom-observatör så att du kan diskutera den med ditt vårdteam nästa gång du har en läkartid.

För **MER INFORMATION** om förmaksflimmer, besök  
**ETTSLAGMOTFÖRMAKSFLIMMER.SE**



# Din observatör för Förmaksflimmer-symtom

Jag gjorde det här  
testet den:



## Hjärtklappning

Upplever du någonsin hjärtklappning?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
---	-----------------	-------------------	--



## Andfåddhet

Hur ofta upplever du andfåddhet?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
Upplever du någonsin andfåddhet när du vilar?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året



## Bröstmärtor

Upplever du någonsin bröstmärtor?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
--------------------------------------	-----------------	-------------------	--



## Yrsel

Känner du dig någonsin yr?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
Känner du någonsin att du håller på att svimma?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året



## Utmattning/trötthet

Känner du dig utmattad eller extra trött?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
--	-----------------	-------------------	--



## Ångest

Har du några ångestkänslor?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
-----------------------------	-----------------	-------------------	--

## Inverkan på vardagen

Vilka symtom, om några, avbryter dina vardagsaktiviteter i den meningen att du måste sluta med det du höll på med?

# Din observatör för Förmaksflimmer-symtom

Jag gjorde det här  
testet den:



## Hjärtklappning

<b>Upplever du någonsin hjärtklappning?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
---	-----------------	-------------------	--



## Andfåddhet

<b>Hur ofta upplever du andfåddhet?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
<b>Upplever du någonsin andfåddhet när du vilar?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året



## Bröstmärtor

<b>Upplever du någonsin bröstsmärtor?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
---	-----------------	-------------------	--



## Yrsel

<b>Känner du dig någonsin yr?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
<b>Känner du någonsin att du håller på att svimma?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året



## Utmattning/trötthet

<b>Känner du dig utmattad eller extra trött?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
--	-----------------	-------------------	--



## Ångest

<b>Har du några ångestkänslor?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
------------------------------------	-----------------	-------------------	--

## Inverkan på vardagen

Vilka symtom, om några, avbryter dina vardagsaktiviteter i den meningen att du måste sluta med det du höll på med?

# Din observatör för Förmaksflimmer-symtom

Jag gjorde det här testet den:



## Hjärtklappning

<b>Upplever du någonsin hjärtklappning?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
---	-----------------	-------------------	--



## Andfåddhet

<b>Hur ofta upplever du andfåddhet?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
<b>Upplever du någonsin andfåddhet när du vilar?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året



## Bröstmärtor

<b>Upplever du någonsin bröstsmärtor?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
---	-----------------	-------------------	--



## Yrsel

<b>Känner du dig någonsin yr?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
<b>Känner du någonsin att du håller på att svimma?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året



## Utmattning/trötthet

<b>Känner du dig utmattad eller extra trött?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
--	-----------------	-------------------	--



## Ångest

<b>Har du några ångestkänslor?</b>	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
------------------------------------	-----------------	-------------------	--

## Inverkan på vardagen

Vilka symtom, om några, avbryter dina vardagsaktiviteter i den meningen att du måste sluta med det du höll på med?

# Din observatör för Förmaksflimmer-symtom

Jag gjorde det här  
testet den:



## Hjärtklappning

Upplever du någonsin hjärtklappning?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
---	-----------------	-------------------	--



## Andfåddhet

Hur ofta upplever du andfåddhet?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
Upplever du någonsin andfåddhet när du vilar?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året



## Bröstmärtor

Upplever du någonsin bröstmärtor?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
--------------------------------------	-----------------	-------------------	--



## Yrsel

Känner du dig någonsin yr?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
Känner du någonsin att du håller på att svimma?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året



## Utmattning/trötthet

Känner du dig utmattad eller extra trött?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
--	-----------------	-------------------	--



## Ångest

Har du några ångestkänslor?	Aldrig Ofta*	Ibland* Alltid	*Om svaret är "ibland" eller "ofta" dagligen varje vecka varje månad en eller ett par gånger om året
-----------------------------	-----------------	-------------------	--

## Inverkan på vardagen

Vilka symtom, om några, avbryter dina vardagsaktiviteter i den meningen att du måste sluta med det du höll på med?