

تتبع أعراض الرجفان الأذيني الخاص بك

بعض الأشخاص المصابين بالرجفان الأذيني لا يعانون من أي أعراض بينما يعاني الآخرون من مجموعة من الأعراض المختلفة، وقد يجد البعض أن الرجفان الأذيني يتفاقم بمرور الوقت. هذا يعني أن أعراض الرجفان الأذيني يمكن أن تتطور بمرور الوقت.

يعد تتبع الرجفان الأذيني (بما في ذلك التغيير في نوع الأعراض، شدتها، وعدد مرات شعورك بها) مفيداً بشكل لا يصدق حيث يمكنك مشاركة هذه المعلومات مع فريق الرعاية الصحية الخاص بك.

سيساعد فهم هذه الأعراض وتأثيرها على حياتك اليومية طبيبك في توصية ومناقشة خيارات العلاج الأنسب لحالتك. سيكون الهدف من ذلك السيطرة على الأعراض والتأكد من إدارة الرجفان الأذيني بشكل فعال.

ما هي الأعراض الأكثر شيوعاً للرجفان الأذيني؟

30%
توَعُّك

43%
ضيق تنفس

50%
رهاق

65%
رفرقة



5%
أعراض أخرى

12%
ألم في الصدر

12%
قلق

19%
دوخة



أكثر من
50%
من مرضى الرجفان ال
قدرتهم منخفضة على ممارسة



كيف تستخدم متتبع الأعراض؟

- هل تعاني من أحد الأعراض المذكورة أعلاه؟ تتبعه باستخدام هذا المتعقب.
- أكمل أداة التتبع هذه في كل مرة تعاني من نوبة أو قبل ذهابك إلى الطبيب.
- دوّن التاريخ في كل مرة تقوم بإدخال ملاحظات جديدة للتمكن من مقارنة إجاباتك بمرور الوقت.
- قم بتنزيل ملف PDF التفاعلي على حاسوبك واملأه أو قم بطباعته ودون ملاحظتك يدوياً.
- قم بطباعة تتبع أعراضك الكامل لتناقشه مع فريق الرعاية الصحية الخاص بك في موعدك القادم.



لمزيد من المعلومات الخاصة بالمرضى عن الرجفان
الأذيني، الرجاء زيارة الموقع التالي
NAZEMNABDAKE7FAZQALBAK.COM

تتبع أعراض الرجفان الأذيني الخاص بك

نظم نبضك

احفظ قلبك



قمت بهذا الفحص عندما شعرت ب:

الرفرفة

هل عانيت من الرفرفة؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
----------------------	------------------	------------------------	---

ضيق التنفس

كم مرة عانيت من ضيق التنفس؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
هل عانيت من ضيق التنفس أثناء الراحة؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة

آلام في الصدر

هل عانيت من آلام في صدرك؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
---------------------------	------------------	------------------------	---

الدوخة

هل تشعر عادةً بالدوار؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
هل شعرت أنك قد تفقد الوعي أو يغمى عليك؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة

التعب / الإرهاق

هل تشعر بالتعب أو الإرهاق الشديدين؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
-------------------------------------	------------------	------------------------	---

القلق

هل تشعر بالقلق؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
-----------------	------------------	------------------------	---

التأثير على الحياة اليومية

إن وجدت، ما الأعراض التي تعرقل أنشطتك اليومية، مما يعني أنه يجب عليك التوقف عما كنت تفعله؟

تتبع أعراض الرجفان الأذيني الخاص بك

نظم نبضك

احفظ قلبك



قمت بهذا الفحص عندما شعرت بـ:

الرفرفة

هل عانيت من الرفرفة؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
----------------------	------------------	------------------------	---

ضيق التنفس

كم مرة عانيت من ضيق التنفس؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
هل عانيت من ضيق التنفس أثناء الراحة؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة

آلام في الصدر

هل عانيت من آلام في صدرك؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
---------------------------	------------------	------------------------	---

الدوخة

هل تشعر عادةً بالدوار؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
هل شعرت أنك قد تفقد الوعي أو يغمى عليك؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة

التعب / الإرهاق

هل تشعر بالتعب أو الإرهاق الشديدين؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
-------------------------------------	------------------	------------------------	---

القلق

هل تشعر بالقلق؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
-----------------	------------------	------------------------	---

التأثير على الحياة اليومية

إن وجدت، ما الأعراض التي تعرقل أنشطتك اليومية، مما يعني أنه يجب عليك التوقف عما كنت تفعله؟

تتبع أعراض الرجفان الأذيني الخاص بك

نظم نبضك

احفظ قلبك



قمت بهذا الفحص عندما شعرت ب:

الرفرفة

هل عانيت من الرفرفة؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
----------------------	------------------	------------------------	---

ضيق التنفس

كم مرة عانيت من ضيق التنفس؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
هل عانيت من ضيق التنفس أثناء الراحة؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة

آلام في الصدر

هل عانيت من آلام في صدرك؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
---------------------------	------------------	------------------------	---

الدوخة

هل تشعر عادةً بالدوار؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
هل شعرت أنك قد تفقد الوعي أو يغمى عليك؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة

التعب / الإرهاق

هل تشعر بالتعب أو الإرهاق الشديدين؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
-------------------------------------	------------------	------------------------	---

القلق

هل تشعر بالقلق؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
-----------------	------------------	------------------------	---

التأثير على الحياة اليومية

إن وجدت، ما الأعراض التي تعرقل أنشطتك اليومية، مما يعني أنه يجب عليك التوقف عما كنت تفعله؟

تتبع أعراض الرجفان الأذيني الخاص بك

نظم نبضك

احفظ قلبك



قمت بهذا الفحص عندما شعرت ب:

الرفرفة

هل عانيت من الرفرفة؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
----------------------	------------------	------------------------	---

ضيق التنفس

كم مرة عانيت من ضيق التنفس؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
هل عانيت من ضيق التنفس أثناء الراحة؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة

آلام في الصدر

هل عانيت من آلام في صدرك؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
---------------------------	------------------	------------------------	---

الدوخة

هل تشعر عادةً بالدوار؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
هل شعرت أنك قد تفقد الوعي أو يغمى عليك؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة

التعب / الإرهاق

هل تشعر بالتعب أو الإرهاق الشديدين؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
-------------------------------------	------------------	------------------------	---

القلق

هل تشعر بالقلق؟	مطلقاً عادةً*	من حين لآخر* دائمًا	إذا أُجبت من حين لآخر أو عادةً يوميًا أسبوعيًا شهريًا مرة أو مرتين في السنة
-----------------	------------------	------------------------	---

التأثير على الحياة اليومية

إن وجدت، ما الأعراض التي تعرقل أنشطتك اليومية، مما يعني أنه يجب عليك التوقف عما كنت تفعله؟