



學習計劃第11周

耆暉社區心臟病預防和康復計劃

學習重點：心臟衰竭

心臟衰竭是指心室不能有效地泵血，身體的其他部分無法獲得足夠的血液和氧氣。

1. 學習目標：

- 心臟衰竭的成因
- 心臟衰竭的症狀
- 心臟衰竭的治療方法

2. 閱讀患者指南：



[點擊上方圖片以閱讀指南手冊](#)

3. 進一步了解：

- 與您的心臟健康團隊交流
- 心臟及中風基金會網站：[心臟衰竭](#)
- 心臟及中風基金會網站：[心臟衰竭的三個地帶](#)

4. 嘗試以下學習活動：

- [建立願景和設定目標](#)
- [運用 THRiVE 工具反思你過去的一個星期](#)