



## 第11周学习计划

耆晖社区心血管病预防和康复服务

### 学习重点：心脏衰竭

当心室不能有效地泵血的时候就会发生心脏衰竭。这就是说，身体的其他部分无法获得足够的血液和氧气。

#### 1.学习目标：

本项学习计划结束时，您将会知道：

- 心脏衰竭的原因
- 心脏衰竭的症状和体征
- 心脏衰竭的治疗和管理

#### 2.阅读患者指南：



[点击上面的图片获取指南手册](#)

#### 3.进一步学习：

- 与您的心脏健康团队交流
- 心脏中风基金会网站：[心脏衰竭](#)
- 心脏中风基金会网站：[心脏衰竭的3个地带](#)

#### 4.尝试学习活动：

- [制定行动计划](#)
- [运用 THRIVE 工具反思每周的行动](#)