

# Khi bị Đột quy, giá trị thời gian đếm từng phút



## Biết các dấu hiệu cảnh báo:

- Khó chịu ở ngực, đau hay tức ngực kéo dài nhiều hơn vài phút, hay hết đau rồi trở lại đau
- Khó chịu hoặc đau phần trên cơ thể, bao gồm cả ở cánh tay, lưng, cổ, hàm hoặc dạ dày
- Thở ngắn, hụt hơi
- Choáng váng, buồn nôn, hay ói
- Mệt kiệt sức
- Toát mồ hôi lạnh

Đau ngực là triệu chứng đột quy tim phổ biến nhất ở nam giới và phụ nữ. Phụ nữ có nhiều khả năng báo cáo một số triệu chứng phổ biến khác được liệt kê ở trên. Bệnh viện vẫn là nơi an toàn nhất mà quý vị có thể đến trong trường hợp khẩn cấp. Đừng ngần ngại. Hãy gọi số 911.

Chăm sóc cho trái tim của quý vị là điều cần thiết, ngay cả trong thời kỳ đại dịch. Hãy ưu tiên sức khỏe tim mạch bắt đầu từ Tháng Tim mạch này bằng cách tập thể dục, ăn uống cân bằng, thăm khám sức khỏe định kỳ và kịp thời giải quyết các dấu hiệu bệnh tật. Chúng tôi đã chuẩn bị để chăm sóc cho quý vị một cách an toàn.

Tìm hiểu thêm về sức khỏe tim mạch tại [stanfordhealthcare.org/hearthealthy](https://stanfordhealthcare.org/hearthealthy)



**Stanford**  
**HEALTH CARE**  
STANFORD MEDICINE