

Zelfzorg van hartfalen index

Alle antwoorden worden vertrouwelijk behandeld

Bij het beantwoorden van de volgende vragen gaat het erom dat u denk aan hoe u zich voelde in de laatste maand of sinds we elkaar voor het laatst gesproken.

Deel A:

Onderstaand staan veelvoorkomende instructies die worden gegeven personen met hartfalen. Hoe vaak doet u het volgende?

	Nooit of zelden	Soms	Vaak	Altijd of dagelijks
1. U zelf wegen?	1	2	3	4
2. Controleren of uw enkels zijn opgezwollen?	1	2	3	4
3. Proberen te verkomen dat u ziek wordt (bijv. Griepvrij, vermijden van zieke mensen)?	1	2	3	4
4. Iets doen aan lichamelijke activiteit?	1	2	3	4
5. Gaan naar afspraken met uw arts of verpleegkundige?	1	2	3	4
6. Eten van een zoutbeperkt dieet?	1	2	3	4
7. 30 minuten bewegen?	1	2	3	4
8. Vergeten om een van uw medicijnen te nemen?	1	2	3	4
9. Vragen naar zoutarme producten als u uit eten gaat of bij anderen eet?	1	2	3	4
10. Gebruiken van een systeem (pillendoos, geheugensteuntjes) om u te herinneren aan uw medicijnen?	1	2	3	4

Deel B:

Veel patiënten hebben symptomen als gevolg van hun hartfalen. Moeite met ademen en opgezwollen enkels zijn veel voorkomende symptomen van hartfalen.

Heeft u de afgelopen maand last gehad met ademhalen of last van opgezwollen enkels? Omcirkel één antwoord.

0) Nee

1) Ja

11. Als u last heeft gehad met ademen of opgezwollen enkels had in de afgelopen maand.....

(omcirkel één nummer)

	Heb ik niet gehad	Ik heb het niet herkend	Niet snel	Enigszins snel	Snel	Heel snel
Hoe snel heeft u het herkend als een symptoom van hartfalen?	N/A	0	1	2	3	4

Onderstaand staat een aantal maatregelen die personen met hartfalen soms ondernemen. Als u problemen hebt met ademen of opgezwollen enkels heeft, hoe waarschijnlijk is het dat u één van deze voorzorgsmaatregelen probeert?

(omcirkel één nummer voor elke voorzorgsmaatregel)

	Niet waarschijnlijk	Enigszins waarschijnlijk	Waarschijnlijk	Zeer waarschijnlijk
12. Verminderen van het zout in uw dieet	1	2	3	4
13. Verminderen van uw vocht inname	1	2	3	4
14. Nemen van een extra plaspil	1	2	3	4
15. Bellen naar uw arts of verpleegkundige voor aanwijzingen	1	2	3	4

16. Denk aan een maatregel die u het laatst heeft geprobeerd toen u last had met ademen of last had van opgezwollen enkels,

(circle **one** number)

	Ik heb niks geprobeerd	Niet zeker	Enigszins zeker	Zeker	Heel zeker
Hoe <u>zeker</u> bent u ervan dat uw maatregel wel of niet geholpen heeft?	0	1	2	3	4

Deel C:

Over het algemeen, hoe zeker bent u ervan dat u:

	Niet zeker	Enigszins zeker	Heel zeker	Heel erg zeker
17. <u>Zichzelf vrij kunt houden van symptomen van hartfalen?</u>	1	2	3	4
18. <u>De behandelingsadviezen die u heeft gekregen kunt volgen?</u>	1	2	3	4
19. <u>Het belang van van uw symptomen kunt evalueren?</u>	1	2	3	4
20. <u>Veranderingen kunt herkennen in uw gezondheid als ze zich voordoen?</u>	1	2	3	4
21. <u>Iets kan doen om uw symptomen te verlichten?</u>	1	2	3	4
22. <u>Kunt beoordelen hoe goed een maatregel werkt?</u>	1	2	3	4