

INDEKSI NDAJ VETËKUJDESIT TË INSUFICENCES KARDIAKE

Të gjitha përgjigjet janë konfidenciale.

Mendoni sesi jeni ndjerë gjatë muajit të fundit

SEKSIONI A:

Më poshtë janë të listuara disa udhëzime të zakonshme që janë të dhëna për personat me insuficencë kardiake. Sa shpesh i bëni ju veprimet në vijim?

	Kurrë ose rrallë	Ndonjëherë	Shpesh	Gjithmonë ose përditë
1. Sa here peshoheni?	1	2	3	4
2. Kontrolloni për ënjtje të kycit të këmbës?	1	2	3	4
3. Mundoheni të shmangni sëmundjet? (p.sh., gripin ose shmangni takime me të sëmurët)?	1	2	3	4
4. Sa shpesh beni aktivitete fizike? (P.sh. ecje, shetitje në park, punë shtëpiake të thjeshta)	1	2	3	4
5. Jeni korrekt me takimet e caktuara nga mjekun ose infermieren?	1	2	3	4
6. Konsumoni ushqime me pak kripe?	1	2	3	4
7. Beni gjimnastikë për 30 minuta ?	1	2	3	4
8. A harroni të merni një nga ilaçet tuaja?	1	2	3	4
9. Kërkoni ushqime me përmbajtje të ulët kripe kur hani jashtë ose tek miqtë tuaj?	1	2	3	4
10. Përdorni një sistem (programë kujtese) për t'iu ndihmuar që të kujtoheni të pini ilaçet?	1	2	3	4

SEKSIONI B:

Shumë pacientë kanë simptoma për shkak të insuficences kardiake. Problemet me frymëmarrjen dhe ënjtjen e kycit të këmbës janë simptoma të zakonshme të insuficences kardiake.

A keni pasur probleme me frymëmarrjen ose ënjtje të kycit të këmbës në muajin e fundit?

Qarkoni përgjigjen e saktë.

- 0) Jo
- 1) Po

11. Nëse ju keni pasur probleme me frymëmarrjen ose ënjtje të kycit të këmbëve në muajin e fundit

(qarkoni një numër)

	Nuk i kam pasur këto	Nuk arrita ta dalloj	Jo shpejt	Deri diku shpejt	Shpejt	Shumë shpejt
Sa shpejt keni arritur ta dalloni atë si një simptomë të insuficences ?	N/A	0	1	2	3	4

Më poshtë janë të listuara disa mënyra trajtimi që përdorin personat me insuficence kardiake. Nëse keni vështirësi me frymëmarrjen ose ënjtjen e këmbëve, sa mundësi ka që ju të beni një nga këto ?

(rrethoni një numër për secilë mënyrë shëruese)

	Nuk ka gjasa	Ka pak gjasa	Ka gjasa	Ka shumë gjasa
12. Reduktimi i kripës ne dietë.	1	2	3	4
13. Reduktimi i marrjes së lëngjeve.	1	2	3	4
14. Marrja e një tablete shtese diuretik (shkarkues).	1	2	3	4
15. Telefononi mjekun ose infermieren për ndonje keshille.	1	2	3	4

16. Mendoni kur ka qenw hera e fundit që keni perdorurnje nga menytrat e mesiperme kur keni pasur probleme me frymëmarrjen ose ënjtje të kycit të këmbës?

(qarkoni një numër)

	Nuk kam perdorur asgjë	Nuk jam i sigurt	Pak i sigurt	I/e sigurt	Shumë i/e sigurt
Sa i/e sigurt jeni ju nëse trajtimet qe keni perdorur ju kane ndihmuar apo jo?	0	1	2	3	4

SEKSIONI C:

Në përgjithësi, sa jeni ju ne gjendje:

	asnjehere	ndonjehere	Shpesh here	gjithmone
17. Të parandaloni simptomat te insuficences kardiake ?	1	2	3	4
18. <u>Të ndiqni këshillat e marra për trajtim?</u>	1	2	3	4
19. <u>Të vlerësoni rëndësinë e simptomave te insuficences kardiake?</u>	1	2	3	4
20. Të njihni ndryshimet ne lidhje me shendetin tuaj ?	1	2	3	4
21. <u>Të bëni dicka qe do të lehtësoj simptomat e insuficences kardiake?</u>	1	2	3	4
22. <u>Të vlerësoni trajtimet e mesiperme?</u>	1	2	3	4