

# 심부전 자가간호 지표

<모든 답변은 비밀이 유지됩니다>

다음의 설문을 작성하시면서 지난 한 달간 어떻게 느끼셨는지를 떠올려 보십시오

## 섹션 SECTION A:

아래 나열된 것들은 심부전환자들이 스스로를 돌보기 위해 하는 행동들입니다.  
얼마나 자주 또는 규칙적으로 다음과 같은 행동을 하십니까?

	전혀안함		가끔		항상
1.병에 걸리지 않기 위해 노력하십니까? (예를들어 손씻기)	1	2	3	4	5
2.운동을 좀 하십니까? (예를들어, 빨리걷기, 계단이용하기)	1	2	3	4	5
3.저염식을 하십니까?	1	2	3	4	5
4.정기검진을 위해 의료진을 만나십니까?	1	2	3	4	5
5.처방약을 빼놓지 않고 드십니까?	1	2	3	4	5
6.외식할 때 저염식을 주문하십니까?	1	2	3	4	5
7.해마다 독감 예방접종을 확실하게 하십니까?	1	2	3	4	5
8.가족이나 친구의 집에 가셨을 때 저염식을 요구하십니까?	1	2	3	4	5
9.약먹는 것을 기억하는데 도움이 되는 시스템이나 방법을 사용하십니까?	1	2	3	4	5
10.담당 의료진에게 귀하가 복용하는 약에 대하여 문의를 하십니까?	1	2	3	4	5

**섹션 SECTION B:**

아래에 심부전환자들이 흔히 변화 추이를 점검하는 항목들을 나열하였습니다. 다음과 같은 일을 얼마나 자주 하십니까?

	전혀안함		가끔		항상	
11.매일 체중을 확인하십니까?	1	2	3	4	5	
12.기분이 어떻게 달라지는지에 주의를 기울이십니까?	1	2	3	4	5	
13.약물부작용이 있는지 살펴보십니까?	1	2	3	4	5	
14.일상활동 시 평상시보다 더 피곤한지 여부를 알아차릴 수 있습니까?	1	2	3	4	5	
15.의료진에게 본인이 잘 하고 있는지 물어 보십니까?	1	2	3	4	5	
16.증상을 면밀히 점검하십니까?	1	2	3	4	5	
17.발목 부종을 확인하십니까?	1	2	3	4	5	
18.씻거나 옷 입는 등의 활동을 할 때 호흡곤란이 있는지 확인하십니까?	1	2	3	4	5	
19.증상을 기록해두고 있습니까?	1	2	3	4	5	

**지난번 귀하가 증상을 경험했을 때...**

(한 번호에만 표시하세요)

	증상없음	증상을 알아채지 못함	빨리 알아채지 못함		어느정도 빨리 알아차림		매우 빨리 알아차 림
20.얼마나 빨리 증상을 <u>알아차리셨습니까?</u>	해당 없음	0	1	2	3	4	5
21.얼마나 빨리 그 증상이 <u>심부전으로 인한 것임을</u> <u>알아차리셨습니까?</u>	해당 없음	0	1	2	3	4	5

## 섹션 SECTION C:

아래 나열된 것들은 심부전 환자들이 증상을 관리하기 위해 사용하는 방법들입니다.  
**증상이 있을 때, 다음의 방법들을 사용할 가능성이 얼마나 됩니까?**

(각각 치료에 한 번호에만 표시하세요)

	안할것 같다		어느정도 그럴 것 같다		매우 그럴 것 같다
22. 당일 소금 양을 더 제한합니까?	1	2	3	4	5
23. 수분섭취를 줄입니까?	1	2	3	4	5
24. 약을 복용합니까?	1	2	3	4	5
25. 어떻게 할지 의료진에게 전화하여 물어보니까?	1	2	3	4	5
26. 가족이나 친구에게 조언을 구합니까?	1	2	3	4	5
27. 왜 증상이 생기는지 알아보려고 하십니까?	1	2	3	4	5
28. 기분이 나아질 때까지 활동에 제한을 두십니까?	1	2	3	4	5

**지난번 증상이 있었을 때 사용했던 처치방법을 떠올려 보십시오...**

(한 번호에만 표시하세요)

	어떤 것도 하지 않았다	확실치 않다	0	1	2	3	4	5	어느정도 확실하다	매우 확실하 다
29. 그 치료법을 사용해서 기분이 나아지셨습니까?			0	1	2	3	4	5		

**섹션 SECTION D:**

귀하는 전반적으로 다음 각 사항을 수행할 자신감이 어느 정도로 있으십니까?  
(각 문항마다 하나의 번호에 표시하세요)

	자신없음		어느정도 자신있음		매우 자신있음
30. 안정적이고 <u>증상 없는 상태로 유지할 수 있습니까?</u>	1	2	3	4	5
31. 주어진 <u>치료계획을</u> 따를 수 있습니까?	1	2	3	4	5
32. 힘들 때조차도 치료계획을 <u>지속적으로</u> 따를 수 있습니까?	1	2	3	4	5
33. 몸 상태를 주기적으로 <u>점검할 수</u> 있습니까?	1	2	3	4	5
34. 힘들 때조차도 몸 상태를 주기적으로 <u>점검하는 것을</u> 지속할 수 있습니까?	1	2	3	4	5
35. 건강에 <u>변화가</u> 생기면 이를 <u>알아차릴</u> 수 있습니까?	1	2	3	4	5
36. 증상의 <u>중요도를</u> 판단할 수 있습니까?	1	2	3	4	5
37. 증상을 경감하기 위한 <u>행동을</u> 할 수 있습니까?	1	2	3	4	5
38. 어려울 때조차도 증상의 <u>치료 방안을</u> 계속 찾아볼 수 있습니까?	1	2	3	4	5
39. 위에 사용한 자가치료법이 효과가 있는지 <u>판단할</u> 수 있습니까?	1	2	3	4	5

**설문에 응해 주셔서 감사합니다.**