

만성질환자의 자가관리에 대한 돌봄제공자의 기여

모든 답변은 비밀이 보장됩니다.

가.

아래 항목은 만성질환을 가진 사람들에게 적용할 수 있는 개인 관리의 일반적인 행동들입니다. 귀하는 당신이 돌보는 사람에게 다음의 행동을 얼마나 자주 권유하십니까?

		전혀 안함		때때 로 함		항상 함
1	충분한 수면을 취하기	1	2	3	4	5
2	아프지 않도록 예방행위 하기 (예, 독감예방주사, 손 씻기)	1	2	3	4	5
3	신체적 활동하기 (예, 빠르게 걷기, 계단 이용)	1	2	3	4	5
4	질환에 맞는 식이요법 하기	1	2	3	4	5
5	정기적인 건강 관리를 위해 의료진 만나기	1	2	3	4	5
6	처방 받은 약은 빠뜨리지 않고 먹기	1	2	3	4	5
7	스트레스 줄이는 활동에 참여하기 (예, 약물, 요가, 음악)	1	2	3	4	5
8	담배를 멀리하거나 금연을 하기 (돌보는 사람이 금연자인 경우 5 번)	1	2	3	4	5

나 :

아래 항목은 만성질환을 가진 사람들이 자신의 건강 상태를 관찰하는 일반적인 행동입니다. 귀하는 당신이 돌보는 사람에게 아래의 행동을 얼마나 자주 권하고 계십니까?

또는 당신의 돌봄을 받는 사람이 아래의 행동을 할수 없는 경우, 귀하는 얼마나 자주 다음의 행동을 대신 해주고 계십니까?

	전혀 안함.		때때 로 함		항상 함	
9	돌보는 사람의 건강상태를 관찰합니까?	1	2	3	4	5
10	돌보는 사람의 약물 부작용들을 관찰합니까?	1	2	3	4	5
11	돌보는 사람의 건강상태에 있어 변화가 있는지 주의를 기울입니까?	1	2	3	4	5
12	돌보는 사람이 평소 일상적인 활동을 할 때보다 더욱 피곤해 하는지 관찰합니까?	1	2	3	4	5
13	돌보는 사람의 증상을 관찰합니까?	1	2	3	4	5

다:

14. 많은 환자들이 자신의 질환이나 질환치료로 인한 증상을 경험합니다. 최근에, 당신의 돌봄을 받는이가 증상을 경험했을 때...

(하나의 숫자에 동그라미해주세요)

	증상 경험 없었음	증상을 인식하 지 못함	증상을 빠르게 인식하 지 못함	증상을 다소 빠르게 인식함	증상을 매우 빠르게 인식함		
그것이 돌보는 이의 질환과 관련된 증상이라는 것을 얼마나 빨리 인식하였습니까?	N/A	0	1	2	3	4	5

아래 항목들은 만성질환을 가진 사람들이 자신의 증상을 조절하기 위해 사용하는 행동들입니다. 당신이 돌보는 사람에게 증상이 있을 때, 귀하는 다음의 행동들 중 하나를 권유하거나, 대신 해줄 가능성이 얼마나 있습니까?

(각 행동마다 하나의 숫자에 동그라미 해주세요)

	가능성 없음	다소 가능성 있음	매우 가능성 있음		
15 증상을 줄이거나 없애기 위해, 돌보는 이의 먹거나 마시는 것을 바꾸기	1	2	3	4	5
16 돌보는 이의 신체적 활동 정도를 바꾸기 (예, 활동 속도 줄이기, 휴식)	1	2	3	4	5
17 증상을 줄이거나 없애기 위해 약 먹기	1	2	3	4	5
18 외래진료 방문시, 의료진에게 그 증상에 대해 알리기	1	2	3	4	5
19 치료 지침을 알아보기 위해 의료진에게 전화를 걸거나, 도움을 요청하기	1	2	3	4	5

.최근에 당신이 돌보는 사람에게 나타난 증상에 대해, 귀하가 권유하거나, 대신 행한 치료요법에 대해 생각해보십시오.

(하나의 숫자에 등그라미해주세요)

잘	다소	매우
모르	호전	호전
겠다	되었	되었
	다	다

20 그러한 치료요법이 돌보는 사람의 건강상태를 나아지게
했습니까?

1 2 3 4 5
