

自我照顧自我效能量表

一般來說，您有多少信心能夠做到以下：

(請於各敘述圈選出1個數字)

	沒信心		有點信心		非常有信心
1.維持您的狀態穩定且無症狀？	1	2	3	4	5
2.遵循給您的治療計畫？	1	2	3	4	5
3.即使碰到困難，也能持續遵循治療計畫？	1	2	3	4	5
4.定期監測您的狀況？	1	2	3	4	5
5.即使碰到困難，也能持續定期監測您的狀況？	1	2	3	4	5
6.若發生變化時，能辨認出您的健康狀況的改變？	1	2	3	4	5
7.評值您的症狀的重要性？	1	2	3	4	5
8.做一些事情來緩解您的症狀？	1	2	3	4	5
9.即使碰到困難，也能持續尋找症狀的治療方法？	1	2	3	4	5
10.評值一個治療方法多有效？	1	2	3	4	5