**استبيان مساهمات مقدمي الرعاية في الرعاية الذاتية لأمراض القلب التاجية**

(كل الأجوبة سرية)

فكر في الشخص الذي تقوم برعايته والذي يعاني من مرض القلب التاجي. يرجى منك الإجابة على هذه الأسئلة حتى نعرف ما الذي تقوم به لمساعدته / مساعدتها. كما أنه لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة.

**الجزء الأول:**

القائمة المدرجة أدناه تتضمن التعليمات الشائعة التي تعطى للأشخاص المصابين بأمراض القلب. في الغالب كيف توصي بهذه الأشياء للشخص الذي تعتني به؟(أو غالبا كيف تقوم بهذه الأنشطة لأن الشخص الذي تعتني به غير قادر على القيام بها؟)

|  |  |
| --- | --- |
|  | أبدا أحيانا دائما أو نادرا أو يوميا |
| 01 | المحافظة على المواعيد مع مسؤول الرعاية الصحية (الطبيب) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 02 | أخد الأسبرين أو موانع تجلط الدم الأخرى | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 03 | القيام بشيء ما لتخفيف التوتر (مثال: أخذ أدوية، تخرج في نزهة، تأخذ قسطا كافيا من النوم...؟) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 04 | ممارسة النشاطات البدنية (مثال: المشي السريع المنشط، استعمال الدرج) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 05 | تناول الأدوية الموصوفة دون تفويت أي جرعة | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 06 | طلب العناصر قليلة الدسم عند تناول الطعام في الخارج أو عند زيارة الآخرين | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 07 | محاولة تجنب الإصابة بالأمراض مثل (أخذ لقاح الانفلونزا، غسل يدين) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 08 | تناول الفواكه والخضر | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 09 | تجنب السجائر و/ أو المدخنين | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**الجزء الثاني:**

القائمة المدرجة أدناه تتضمن الأشياء المشتركة التي **تخضع للمراقبة** من طرف المصابين بأمراض القلب التاجية.

في الغالب كيف توصي بهذه الأشياء؟ (أو كيف تقوم بهذه الأشياء لأن الشخص الذي تعتني به لأنه غير قادر على القيام بها)

|  |  |
| --- | --- |
|  | أبدا أحيانا دائماأو نادرا أو يوميا |
| 10 | مراقبة حالاتهم | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 | الانتباه للتغيرات فيما يشعرون به  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | فحص ضغط الدم  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 | مراقبة ما إذا كانوا يتعبون أكثر من المعتاد عند القيام بالأنشطة العادية  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 | مراقبة الآثار الجانبية للأدوية | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15 | مراقبة الأعراض | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16 | مراقبة وزن الجسم  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**1/2**

**التعرف على الأعراض:**

الكثير من المرضى المصابين بأمراض القلب لديهم أعراض: ألم في الصدر، ضغط في الصدر، حرقان، الشعور بثقل وضيق في التنفس، إرهاق .....، آخر مرة ظهرت فيها أعراض على الشخص الذي تهتم به ...

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | لم يعاني من الأعراض | لم أتعرف على العرض | ليس سريعا |  | سريعا نوعا ما |  | سريعا جدا |
| 17 | .... ما مدى سرعة **تعرفك** على أنها أعراض القلب؟ | / | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 | ما مدى سرعة **معرفتك** بأن الأعراض كانت بسبب مرض القلب؟ | / | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**الجزء الثالث:**

القائمة المدرجة أدناه تتضمن السلوكيات التي يستخدمها المصابون بأمراض القلب للتحكم في أعراضهم. عندما تظهر الأعراض على الشخص الذي تقوم برعايته، ما مدى احتمالية أن تنصحهم باستخدام واحدة من هذه؟ (أو القيام بذلك لأن الشخص الذي تعتني به غير قادر على القيام بها؟)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | غير محتمل  | من المرجح إلى حد ما  | محتمل جدا |
| 19 | تغيير مستوى النشاط (تباطؤ، راحة)  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20 | تناول الأسبيرين  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21 | تناول الدواء للتخفيف من العرض وإزالته  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22 | الاتصال بمسؤول الرعاية (الطبيب) للحصول على توجيه  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23 | إخبار مسؤول الرعاية (طبيب) عن تلك الأعراض عند الزيارة القادمة لمكتبه | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

 **(**أحط على رقم **واحد** فقط لكل سلوك**)**

فكر فيما فعلته في آخر مرة عندما كان لدى الشخص الذي تقوم برعايته أعراض مرض القلب.

**(**أحط على رقم **واحد** فقط**)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | لم أفعل أي شيء | لست متأكدا | متأكد نوعا ما | متأكد جدا |
| 24 | هل العلاج الذي استخدمته جعله يشعر بتحسن؟  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**2/2**