

## 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 تعني به؟ (أو غالباً كيف تقوم بهذه الأنشطة لأن الشخص الذي تعني به غير قادر على القيام بها؟)

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

### 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 تعني به لأنه غير قادر على القيام بها)

دائماً أو يومياً	أحياناً	أبداً أو نادراً				
5	4	3	2	1	10	مراقبة حالاتهم
5	4	3	2	1	11	الانتباه للتغيرات فيما يشعرون به
5	4	3	2	1	12	فحص ضغط الدم
5	4	3	2	1	13	مراقبة ما إذا كانوا يتعبون أكثر من المعتاد عند القيام بالأنشطة العادية
5	4	3	2	1	14	مراقبة الآثار الجانبية للأدوية
5	4	3	2	1	15	مراقبة الأعراض
5	4	3	2	1	16	مراقبة وزن الجسم

