Generelt, hvor sikker er du på, at du kan:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Ikke sikker** |  | **Delvist sikker** |  | **Meget sikker** |
| 1. Holde dig selv stabil og fri for symptomer? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Følge den behandlingsplan som du har fået? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Fortsat følge behandlingsplanen, selv når det er svært? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Overvåge din tilstand rutinemæssigt? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Fortsat overvåge din tilstand rutinemæssigt, selv når det er svært? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Opdage ændringer i din tilstand, hvis de opstår? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Bedømme vigtigheden af dine symptomer? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Gøre noget for at lindre dine symptomer? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Fortsat forsøge at afhjælpe dine symptomer, selv når det er svært? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Evaluere hvor godt dine symptomer blev afhjulpet? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

(Sæt ring om **ét** tal per udsagn)