

**CONTRIBUTO DEL CAREGIVER ALLA CURA DEL PAZIENTE CON BRONCOPNEUMOPATIA CRONICA
OSTRUTTIVA**

SEZIONE A

Di seguito sono elencati i comportamenti che possono essere messi in atto dalle persone che soffrono di una malattia polmonare cronica, per mantenere la propria salute.

Indichi con quale frequenza ha raccomandato alla persona che assiste i seguenti comportamenti, ponendo una crocetta nella casella corrispondente, da mai indicato con il numero 1 a sempre indicato con il numero 5.

		MAI	RARAMENTE	QUALCHE VOLTA	SPESSO	SEMPRE
1	Evitare le persone che hanno il raffreddore o l'influenza	1	2	3	4	5
2	Allontanarsi dalla stanza/luogo in cui qualcuno sta fumando	1	2	3	4	5
3	Evitare il contatto con spray, vernici, solventi e polvere	1	2	3	4	5
4	Mantenere liberi i polmoni tossendo o con la respirazione profonda	1	2	3	4	5
5	Fare delle pause durante le attività quotidiane per riposarsi	1	2	3	4	5
6	Utilizzare per regolare il respiro la respirazione addominale o la respirazione a labbra socchiuse	1	2	3	4	5
7	Svolgere regolarmente una qualche forma di esercizio fisico (camminare, andare in bicicletta, nuotare, ecc.)	1	2	3	4	5
8	Fare esercizi con le braccia almeno 3 volte a settimana	1	2	3	4	5
9	Svolgere attività in compagnia di altre persone almeno una volta a settimana	1	2	3	4	5
10	Fare ogni anno la vaccinazione contro l'influenza	1	2	3	4	5
11	Prendere le medicine come prescritto dal medico	1	2	3	4	5
	NON HA PRESCRIZIONE DI FAMACI					
12	Proteggere bocca e naso quando cammina all'aperto e l'aria è fredda	1	2	3	4	5
13	Effettuare regolarmente le visite dal medico e gli esami di controllo per la malattia polmonare	1	2	3	4	5

CURA DI SE' -CAREGIVER

SEZIONE B

Di seguito sono elencati alcuni comportamenti che una persona con malattia polmonare cronica può seguire per tenere sotto controllo la propria malattia. Indichi con quale frequenza raccomanda al suo assistito, o mette in pratica al posto suo, i seguenti comportamenti

		NON PRESENTA TALI DISTURBI	MAI	RARAMENTE	QUALCHE VOLTA	SPESSE	SEMPRE
1	Fare attenzione se l'espettorato aumenta in quantità	NA	1	2	3	4	5
2	Fare attenzione se l'espettorato cambia di colore	NA	1	2	3	4	5
3	Prestare attenzione se la tosse aumenta	NA	1	2	3	4	5
4	Fare attenzione se aumenta l'affanno o presenta rumori respiratori	NA	1	2	3	4	5
5	Fare attenzione se si sveglia la notte per l'affanno	NA	1	2	3	4	5
6	Controllare se fa fatica ad addormentarsi per l'affanno	NA	1	2	3	4	5
7	Fare attenzione se si stanca più facilmente del solito quando fa qualcosa	NA	1	2	3	4	5
8	Verificare se dopo l'assunzione dei farmaci inalatori (puff) ha uno dei seguenti sintomi: palpitazioni, tremore, insonnia, bocca secca e difficoltà ad urinare	NON ASSUME FARMACI INALATORI	1	2	3	4	5

9. Molte persone hanno dei sintomi legati alla malattia polmonare cronica o alla terapia che stanno assumendo. **L'ultima volta** che il suo familiare ha avuto sintomi quanto velocemente lei ha riconosciuto che si trattava di sintomi legati alla malattia respiratoria del suo assistito?

NON HA MAI AVUTO SINTOMI *	NON LI HO RICONOSCIUTI	NON VELOCEMENTE		ABBASTANZA IN FRETTA		MOLTO VELOCEMENTE
NA	0	1	2	3	4	5

CURA DI SE' -CAREGIVER

SEZIONE C

Quando il suo assistito ha sintomi, quanto è probabile che raccomandi, o metta in pratica al posto suo, i seguenti comportamenti?

		NON INDICATO NELLA SUA SITUAZIONE	NON È PROBABILE		ABBASTANZA PROBABILE		MOLTO PROBABILE
1	Parlare con il medico se ha problemi con le medicine che gli/le sono state prescritte per i problemi respiratori	NA	1	2	3	4	5
2	Andare dal medico se ha un problema di salute che si protrae per più giorni		1	2	3	4	5
3	Rivolgersi al medico se avverte che l'affanno aumenta		1	2	3	4	5
4	Rivolgersi al medico se avverte che la tosse aumenta	NA	1	2	3	4	5
5	Rivolgersi al medico se l'espettorato cambia di colore	NA	1	2	3	4	5
6	Rivolgersi al medico se la quantità di espettorato aumenta	NA	1	2	3	4	5
7	Rivolgersi al medico se dopo l'assunzione dei farmaci per via inalatoria nota la comparsa di palpitazioni, tremore, insonnia, bocca secca e difficoltà ad urinare	NON ASSUME FARMACI INALATORI	1	2	3	4	5
8	Quando i sintomi si aggravano, modificare la terapia come il medico ha detto di fare (assumere ad esempio cortisone e/o antibiotico)	NON ASSUME FARMACI	1	2	3	4	5
9	Sedersi mentre fa lavori in casa quando ha l'affanno		1	2	3	4	5
10	Sedersi su una sedia o altro supporto mentre si lava in doccia o in vasca quando ha l'affanno		1	2	3	4	5

AUTOEFFICACIA CAREGIVER

SEZIONE D

In riferimento alla persona che assiste, quanto si sente fiducioso di poter svolgere le attività sottoelencate.

	PER NIENTE IN GRADO		ABBASTANZA IN GRADO		PERFETTAMENTE IN GRADO
1. Prevenire la comparsa dei sintomi della malattia polmonare cronica	1	2	3	4	5
2. Far seguire i consigli terapeutici che sono stati dati, anche se è difficile	1	2	3	4	5
3. Continuare a controllare i sintomi anche se non sempre è facile	1	2	3	4	5
4. Far assumere correttamente le medicine seguendo le indicazioni ricevute	1	2	3	4	5
5. Riconoscere i sintomi della riacutizzazione della malattia polmonare cronica quando si manifestano	1	2	3	4	5
6. Fare qualcosa per alleviare i sintomi della malattia polmonare, anche se è difficile	1	2	3	4	5
7. Valutare se i comportamenti che ha attuato per alleviare i sintomi sono stati efficaci	1	2	3	4	5