

**KRONİK OBSTRÜKTİF AKCİĞER HASTALIĞI OLAN HASTALARIN ÖZ-BAKIMINDA BAKIM VERİCİ
KATKISI ÖLÇEĞİ (BVK-ÖBÖ-KOAH)**

BÖLÜM A: BVK-ÖZ BAKIMI SÜRDÜRME

Kronik akciğer hastalığı olan bireylerin sağlık ve iyilik halini sürdürmek amacıyla yaygın olarak gösterdikleri davranışlar aşağıda listelenmiştir. Lütfen bakımını üstlendiğiniz bireye aşağıdaki davranışları gerçekleştirmesini ne sıklıkta önerdiğinizizi belirtiniz:

		ASLA	NADİREN	BAZEN	SIKLIKLA	HER ZAMAN		
1	Soğuk algınlığı veya grip olan bireylerden kaçınma	1	2	3	4	5		
2	Birinin sigara içtiği odadan/yerden uzaklaşmak	1	2	3	4	5		
3	Spreyler, boyalar, çözücü maddeler ve toz ile temastan kaçınma	1	2	3	4	5		
4	Gerekirse öksürerek veya derin nefes alarak akciğerleri temizleme	1	2	3	4	5		
5	Günlük aktiviteler sırasında dinlenmek için ara verme	1	2	3	4	5		
6	Nefesi düzenlemek için karın solunumu veya büyük dudak solunumu kullanma	1	2	3	4	5		
7	Düzenli olarak bir tür egzersiz yapma (yürüyüş, bisiklete binme, yüzme vb.)	1	2	3	4	5		
8	Haftada en az 3 kez kollarla egzersiz yapma	1	2	3	4	5		
9	Haftada en az bir kez başka insanlarla sosyal aktivitelere katılma	1	2	3	4	5		
10	Her yıl grip aşısı yaptıрма	1	2	3	4	5		
11	İlaçları sağlık uzmanının önerdiği şekilde alma	İLAÇ REÇETESİ BULUNMAMAKTADIR		1	2	3	4	5
12	Dışarıda yürürken ve hava soğuk olduğunda ağız/burnu koruma	1	2	3	4	5		
13	Kronik akciğer hastalığının kontrolleri için ilgili sağlık uzmanını düzenli olarak ziyaret etme	1	2	3	4	5		

BÖLÜM B: BVK-ÖZ-BAKIM İZLEMİ

Kronik akciğer hastalığı olan bireylerin hastalıklarını izlemek amacıyla yaygın olarak gösterdikleri davranışlar aşağıda listelenmiştir. Bakımını üstlendiğiniz bireye aşağıdaki davranışları gerçekleştirmesini ne sıklıkta önerdiğinizizi veya bakımını üstlendiğiniz birey söz konusu davranışları kendi başına yapamayacak durumda ise bu davranışları onun adına ne sıklıkta gerçekleştirdiğinizi belirtiniz.

		BÖYLE BİR SORUNU YOKTUR	ASLA	NADİREN	BAZEN	SIKLIKLA	HER ZAMAN
1	Balgam miktarında artış olup olmadığını izleme	GD	1	2	3	4	5
2	Balgam renginde değişiklik olup olmadığını izleme	GD	1	2	3	4	5
3	Öksürükte artış olup olmadığını izleme	GD	1	2	3	4	5
4	Nefes darlığı veya nefesteki ıslık seslerinde artış olup olmadığını izleme	GD	1	2	3	4	5
5	Geceleri nefes almakta güçlük çekerek uyanma durumu olup olmadığını izleme	GD	1	2	3	4	5
6	Nefes alma zorluğu nedeniyle uykuya dalmakta güçlük çekip çekmediğini kontrol etme	GD	1	2	3	4	5
7	Bir şey yaparken normalden daha fazla yorulup yorulmadığını izleme	GD	1	2	3	4	5
8	Solunum ilaçları (inhaler) alındıktan sonra çarpıntı, titreme, uykusuzluk, ağız kuruluğu ve idrar yapma zorluğu olup olmadığını kontrol etme	İNHALER İLAÇ ALMAMAKTADIR	1	2	3	4	5
GD (GEÇERLİ DEĞİL) = BAKIMINI ÜSTLENDİĞİM BİREYİN KRONİK DURUMU İÇİN GEÇERLİ DEĞİLDİR							

9. Kronik akciğer hastalığı olan bireylerde hastalıklarına veya hastalıkları için aldıkları tedaviye bağlı belirtiler görülebilir. Bakımını üstlendiğiniz bireyde belirtiler en son görüldüğünde, bunun onun hastalığının bir belirtisi olduğunu ne kadar hızlı fark ettiniz?

BELİRTİLERİ OLMADI	BELİRTİ OLDUĞUNU FARKETMEDİM	HIZLI DEĞİL		BİRAZ HIZLI		ÇOK HIZLI
GD	0	1	2	3	4	5
GD (GEÇERLİ DEĞİL) = BAKIMINI ÜSTLENDİĞİM BİREYİN KRONİK DURUMU İÇİN GEÇERLİ DEĞİLDİR						

BÖLÜM C: BVK-ÖZ-BAKIM YÖNETİMİ

Kronik akciğer hastalığı olan bireylerin belirtilerini yönetmek amacıyla yaygın olarak gösterdikleri davranışlar aşağıda listelenmiştir. Bakımını üstlendiğiniz bireyde belirtiler görüldüğünde aşağıdaki davranışlardan birini ona önerme veya onun adına gerçekleştirme olasılığınızı belirtiniz.

			OLASI DEĞİL		BİRAZ OLASI		ÇOK OLASI
1	Kronik akciğer hastalığı ilaç reçeteleriyle ilgili sorunlar varsa sağlık uzmanıyla konuşma	İLAÇ ALMAMAKTADIR	1	2	3	4	5
2	Birkaç günden fazla süren herhangi bir sağlık sorunu olursa bir sağlık uzmanına gitme		1	2	3	4	5
3	Nefes darlığı arttıysa sağlık uzmanı ile konuşma		1	2	3	4	5
4	Öksürük arttıysa sağlık uzmanı ile konuşma	GD	1	2	3	4	5
5	Balgam renginde değişiklik olursa sağlık uzmanı ile konuşma	GD	1	2	3	4	5
6	Balgam miktarında artış olursa sağlık uzmanı ile konuşma	GD	1	2	3	4	5
7	Solunum ilaçlarından (inhaler) kaynaklanan yan etkiler (Örn; titreme, uykusuzluk, ağız kuruluğu, idrar yapma zorluğu) görüldüğünde bir sağlık uzmanı ile konuşma	İNHALER İLAÇ ALMAMAKTADIR	1	2	3	4	5
8	Hastalık belirtileri kötüleştiğinde, reçete edilen ilaç tedavisini sağlık uzmanının öğrettiği şekilde değiştirme (Örn; kortizon ve/veya antibiyotik almasını sağlama)	İLAÇ ALMAMAKTADIR	1	2	3	4	5
9	Nefes darlığı olduğunda ev işlerini oturarak yapma		1	2	3	4	5
10	Duş alırken veya küvet banyosu kullanırken nefes darlığı yaşandığında, bir sandalyeye veya başka bir desteğin üzerine oturma		1	2	3	4	5
GD (GEÇERLİ DEĞİL) = BAKIMINI ÜSTLENDİĞİM BİREYİN KRONİK DURUMU İÇİN GEÇERLİ DEĞİLDİR							

**KRONİK OBSTRÜKTİF AKCİĞER HASTALIĞI OLAN HASTALARIN ÖZ-BAKIM ÖZ-YETERLİLİĞİNE BAKIM
VERİCİ KATKISI ÖLÇEĞİ (BVK-ÖBÖY-KOAH)**

Bakımını üstlendiğiniz bireyle ilgili olarak, aşağıda listelenen faaliyetleri gerçekleştirme becerinize ne kadar güvendiğinizi belirtiniz.

		GÜVENMİYORUM		BİRAZ GÜVENİYORUM		ÇOK GÜVENİYORUM
1	Kronik akciğer hastalığı belirtilerinin başlamasını önleyebileceğime	1	2	3	4	5
2	Zor olsa bile tedavi edici tavsiyelere uyabileceğime	1	2	3	4	5
3	Her zaman kolay olmasa da, belirtileri kontrol etmeyi sürdürebileceğime	1	2	3	4	5
4	Zor olsa bile, verilen talimatlara uyarak ilaçları doğru şekilde almalarını sağlayabileceğime	1	2	3	4	5
5	Kronik akciğer hastalığının alevlenme belirtileri ortaya çıktığında tanıyabileceğime	1	2	3	4	5
6	Zor olsa bile belirtileri hafifletmek için bir şeyler yapabileceğime	1	2	3	4	5
7	Belirtileri hafifletmek için yapılan davranışların etkili olup olmadığını değerlendirebileceğime	1	2	3	4	5