

**ЖҮРЕК ЖЕТКІЛІКСІЗДІГІ КЕЗІНДЕГІ ӨЗ-ӨЗІНЕ КҮТІМ ЖАСАУҒА  
КҮТУШІНІҢ ҚОСАТЫН ҮЛЕСІ ИНДЕКСІ v.2**

Барлық жауаптар құпия сақталады. Қатысқаныңыз үшін рақмет!

**А БӨЛІМІ**

Сіз өзіңіз күтім жасайтын адамға мына әрекеттерді қаншалықты жиі ұсынасыз? (Немесе, егер ол адамның бұларды істеуге шамасы келмесе, оның орнына бұл әрекеттерді өзіңіз қаншалықты жиі орындайсыз?)

№	Сұрақ	Ешқашан (1)		Кейде (3)		Әрқашан (5)
1	Ауру жұқтырмауға тырысу (мысалы, қолды жуу)?	1	2	3	4	5
2	Жаттығулар жасау (мысалы, жылдам жүру, баспалдақпен көтерілу)?	1	2	3	4	5
3	Тұзы аз диетаны ұстану?	1	2	3	4	5
4	Жоспарлы тексерілу үшін медициналық маманға көріну?	1	2	3	4	5
5	Тағайындалған дәрілерді өткізіп алмай қабылдау?	1	2	3	4	5
6	Сыртынан тамақтанғанда құрамында тұзы аз тағамдарға тапсырыс беру?	1	2	3	4	5
7	Жыл сайын тұмауға қарсы екпе алуды қадағалау?	1	2	3	4	5
8	Туыстар мен достарға қонаққа барғанда тұзы аз тағамдарды сұрау?	1	2	3	4	5
9	Дәрі қабылдау уақытын ұмытпау үшін арнайы жүйе немесе әдісті қолдану?	1	2	3	4	5
10	Медициналық маманнан дәрі-дәрмектер туралы сұрау?	1	2	3	4	5

**В БӨЛІМІ**

Сіз өзіңіз күтім жасайтын адамға келесі әрекеттерді орындауды қаншалықты жиі ұсынасыз?(Немесе ол адамның шамасы келмегендіктен, бұларды өзіңіз орындайсыз)

№	Сұрақ	Ешқашан (1)	Сирек (2)	Кейде (3)	Жиі (4)	Әрқашан (5)
11	Салмақты күн сайын бақылау?	1	2	3	4	5

№	Сұрақ	Ешқашан (1)	Сирек (2)	Кейде (3)	Жиі (4)	Әрқашан (5)
12	Оның көңіл-күйі мен өзін сезінуіндегі өзгерістерге назар аудару?	1	2	3	4	5
13	Дәрінің жағымсыз әсерлерін бақылау?	1	2	3	4	5
14	Күнделікті істер кезінде оның әдеттегіден тез шаршайтынын байқау?	1	2	3	4	5
15	Медициналық маманнан оның жағдайы қалай екенін сұрау?	1	2	3	4	5
16	Жүрек жеткіліксіздігі белгілерін мұқият қадағалау?	1	2	3	4	5
17	Тобықтардың ісінуін тексеру?	1	2	3	4	5
18	Күнделікті істер (жуыну, киіну) кезінде еңтігудің бар-жоғын тексеру?	1	2	3	4	5
19	Белгілерді (симптомдарды) жазып отыру?	1	2	3	4	5

**Күтімдегі адамда соңғы рет ауру белгілері байқалған кезде:**

№	Сұрақ	Қолданылмайды (N/A)	Тез емес (1)	Орташа (2)	Тез (3)		Өте тез (5)
20	Онда белгілер бар екенін қаншалықты тез байқадыңыз?	N/A	1	2	3	4	5
21	Бұл жағдайдың жүрек жеткіліксіздігінен екенін қаншалықты тез түсіндіңіз?	N/A	1	2	3	4	5

## **С БӨЛІМІ**

**Күтімдегі адамда ауру белгілері байқалғанда, сіз мыналарды ұсынуға/істеуге қаншалықты бейімсіз? (әр емдеу әдісі үшін бір санды дөңгелектеп сызыңыз)**

№	Сұрақ	Бейім емеспін (1)	Мүмкін (2)	Бейіммін (3)	Өте бейіммін (4)	Әбден бейіммін (5)
22	Сол күні тұз тұтынуды одан әрі шектеу?	1	2	3	4	5
23	Сұйықтық ішуді азайту?	1	2	3	4	5
24	Дәрі ішуді ұсыну/беру?	1	2	3	4	5

№	Сұрақ	Бейім емеспін (1)	Мүмкін (2)	Бейіммін (3)	Өте бейіммін (4)	Әбден бейіммін (5)
25	Кеңес алу үшін медициналық маманға хабарласу?	1	2	3	4	5
26	Отбасы мүшесінен немесе досыңыздан ақыл сұрау?	1	2	3	4	5
27	Белгілердің не себепті пайда болғанын анықтауға тырысу?	1	2	3	4	5
28	Өзін жақсы сезінгенше белсенділікті шектеуді ұсыну?	1	2	3	4	5

**Белгілер соңғы рет пайда болғанда не істегеніңізді еске түсіріңіз:**

№	Сұрақ	Сенімді емеспін (1)	Сенімдімін (3)	Өте сенімдімін (5)
29	Емдеуден кейін ол өзін жақсы сезінді ме?	1	2 3	4 5

**САУАЛНАМАНЫ ТОЛТЫРҒАНЫҢЫЗ ҮШІН РАҚМЕТ!**