

ESCALA EUROPEA D'AUTOCURA EN INSUFICIÈNCIA CARDÍACA
 (European Heart Failure Self-care Behaviour scale)
 by Jaarsma, Stromberg, Martenson & Dracup

Nom del pacient

H^aC^a

Visita

Data

.....

Aquesta escala conté afirmacions sobre el nivell d'autocura en insuficiència cardíaca. Respongui amb sinceritat a les següents afirmacions. Faci un cercle en el número 1 si està completament d'acord amb l'afirmació (es a dir si fa sempre allò que es comenta). Faci un cercle en el 5 si està completament en desacord amb l'afirmació (es a dir si no fa mai allò que es comenta). Faci un cercle en els números del 2 al 4 per a les respostes intermèdies. Encara que no estigui completament segur en alguna qüestió marqui la resposta que cregui més ajustada a la seva situació:

	completament d'acord / sempre			completament en desacord / mai	
1. Em peso cada dia	1	2	3	4	5
2. Si noto ofec (dispnea) m'aturo i descanso	1	2	3	4	5
3. Si la meva dificultat respiratòria (dispnea) augmenta, em poso en contacte amb el metge o la infermera	1	2	3	4	5
4. Si els peus/cames se'm comencen a inflar més del que és habitual, em poso en contacte amb el metge o la infermera	1	2	3	4	5
5. Si augmento 2 Kg. en una setmana, em poso en contacte amb el metge o la infermera	1	2	3	4	5
6. Limito la quantitat de líquids que bec (no més de 1½-2 litres)	1	2	3	4	5
7. Reposo una estona durant el dia	1	2	3	4	5
8. Si noto augment de sensació de fatiga (cansament), em poso en contacte amb el metge o la infermera	1	2	3	4	5
9. Realitzo una dieta baixa en sal	1	2	3	4	5
10. Prenc tota la medicació com m'han indicat	1	2	3	4	5
11. Em vacuno contra la grip tots els anys	1	2	3	4	5
12. Faig exercici regularment	1	2	3	4	5

TOTAL: