

<유럽 심부전 자가관리 행위 척도>

*아래의 설문지는 심부전 환자의 자가 관리 행위에 대한 내용입니다. 당신이 생각하기에 가장 적절하다고 생각되는 숫자에 표시해 주십시오. 아래의 질문에 전적으로 따르는 경우 1 에 표시를 해주시고 전혀 따르지 않는 경우 5 에 표시를 해주십시오.

①항상 한다. ②자주 한다. ③가끔 한다. ④하지 않는 편이다. ⑤전혀 하지 않는다.

1. 나는 매일 몸무게를 잰다.	①	②	③	④	⑤
2. 만약 숨이 차면, 나는 휴식을 취할 것이다.	①	②	③	④	⑤
3. 만약 호흡곤란이 심해지면 나는 의사나 간호사에게 문의를 할 것이다.	①	②	③	④	⑤
4. 만약 발이나 다리가 평소보다 더 부으면 나는 의사나 간호사에게 문의를 할 것이다.	①	②	③	④	⑤
5. 만약 체중이 일주일에 2kg 이상 증가하면 나는 의사나 간호사에게 문의를 할 것이다.	①	②	③	④	⑤
6. 나는 수분 섭취를 제한한다.(하루에 1.5L 이상의 수분을 섭취하지 않는다.)	①	②	③	④	⑤
7. 나는 낮 동안에 휴식을 취한다.	①	②	③	④	⑤
8. 만약 피로감이 증가하면 나는 병원의 의사나 간호사에게 문의를 할 것이다.	①	②	③	④	⑤
9. 나는 음식을 싱겁게 먹는다.	①	②	③	④	⑤
10. 나는 처방된 대로 약을 잘 복용한다.	①	②	③	④	⑤
11. 나는 매년 독감 예방 주사를 맞는다.	①	②	③	④	⑤
12. 나는 규칙적으로 운동을 한다.	①	②	③	④	⑤

<European Heart Failure self-care behavior scale>