

گونه فارسی پرسشنامه اروپایی رفتارهای خود مراقبتی بیماران مبتلا به نارسایی قلبی- (9 گویه ای)

این مقیاس شامل جملاتی در خصوص مراقبت از خود در مورد بیماران مبتلا به نارسایی قلبی است. نظرات خود را با انتخاب اعدادی که در مقابل جملات قرار گرفته است مشخص کنید. توجه داشته باشید که طیفی از پاسخ ها از کاملاً موافقم (عدد 1) تا کاملاً مخالفم (عدد 5) وجود. اگر در مورد جمله ای تردید دارید و کاملاً مطمئن نیستید عددی که به احساس شما نزدیکتر است را انتخاب نمایید .

کاملاً مخالفم (5)	(4)	(3)	(2)	کاملاً موافقم (1)	
					1- هر روز وزن خود را اندازه گیری می کنم .
					2- اگر تنگی نفس من زیاد تر شود به پزشک یا پرستار یا مراکز درمانی مراجعه می کنم .
					3- اگر پاهایم بیش از حد معمول دچار ورم شوند به پزشک یا پرستار یا مراکز درمانی مراجعه می کنم .
					4- اگر وزنم در هفته بیش از دو کیلو گرم افزایش یابد به پزشک یا پرستار یا مراکز درمانی مراجعه می کنم .
					5- مایعات مصرفی را محدود می کنم و بیش از 1/5 لیتر در روز مایعات نمی نوشم .
					6- اگر دچار خستگی بیش از حد شوم به پزشک مراجعه می کنم .
					7- غذاهای کم نمک می خورم .
					8- داروهای خود را همانگونه که تجویز شده مصرف می کنم .
					9- به صورت منظم ورزش می کنم .