

PHẦN CÂU HỎI VỀ TỰ CHĂM SÓC BẢN THÂN

Hướng dẫn: Phần câu hỏi này sẽ hỏi về khả năng tự chăm sóc bản thân của ông/bà. Phần trả lời cho mỗi câu hỏi chia làm 5 mức độ từ cao nhất (1) đến “tôi hoàn toàn đồng ý” đến “tôi rất không đồng ý” (5). Ông/bà hãy chọn câu trả lời bằng cách tích “√” vào ô tương ứng mà ông/bà cho là đúng nhất.

	Tôi hoàn toàn đồng ý	Tôi đồng ý	Tôi không có ý kiến gì	Tôi không đồng ý	Tôi rất không đồng ý
	1	2	3	4	5
1. Tôi tự theo dõi cân nặng hàng ngày					
2. Nếu bị khó thở, tôi sẽ liên lạc với bác sĩ hoặc điều dưỡng					
3. Nếu chân/ bàn chân của tôi bị phù, tôi sẽ gọi bác sĩ hoặc điều dưỡng					
4. Nếu tôi tăng 2kg trong 1 tuần, tôi sẽ gọi bác sĩ hoặc điều dưỡng					
5. Tôi hạn chế lượng dịch đưa vào hàng ngày (không quá 1,5-2 lít /ngày)					
6. Nếu tôi thấy mệt mỏi tăng lên, tôi sẽ liên lạc với bác sĩ hoặc điều dưỡng					
7. Tôi ăn nhạt					
8. Tôi uống thuốc theo đơn bác sĩ					
9. Tôi tập luyện thường xuyên					