

9. סולם הענות הטיפול העצמי בחולי אי ספיקת לב על פי האיגוד האירופאי לאי ספיקת לב (מקוצר)

לפניך מספר הצהרות המתייחסות להרגשתך ולטיפולך באי ספיקת הלב.
ענה/י על כל הצהרה על ידי סימון המספר המייצג אותך (מתאים לך) ביותר.

לכל הצהרה יש טווח תשובות בין 1 ל 5 :

1= אני מסכים לחלוטין, 5 = לא מסכים כלל.

גם אם אתה לא בטוח/ה לגבי הצהרה מסוימת, הקף/י את המספר המתאים ביותר להרגשתך..

מסכים לחלוטין				לא מסכים כלל	
1	2	3	4	5	
					1. אני שוקל את עצמי כל יום
					2. אם יש לי קוצר נשימה אני נח/ה
					3. אם רגליי נפוחות יותר מהרגיל אני מתקשר/ת לרופא או לאחות המטפלים
					4. אם אני עולה מעל 2 ק"ג במהלך שבוע אחד אני מתקשר/ת לרופא או לאחות המטפלים
					5. אני מגבילה את כמות השתייה שלי (לא יותר מ 1.5-2 ליטר/ ליום)
					6. אם אני מתעייף/ת יותר מהרגיל אני מתקשר/ת לרופא או לאחות המטפלים
					7. אני מקפיד/ה על דיאטה דלת מלח
					8. אני לוקח/ת את התרופות שלי בהתאם להוראות
					9. אני מתעמל/ת בקביעות