

ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ: \_\_\_\_\_

ਅੱਜ ਦੀ ਤਾਰੀਖ: \_\_\_\_\_

ਤੁਹਾਡੀ COPD (ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਚਿਰਕਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ) ਕਿਵੇਂ ਹੈ? COPD Assessment Test™ (CAT) ਵਿੱਚ ਇਹ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੰਬੰਧੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੱਚੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉੱਤੇ COPD (ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਪੁਰਾਣੀ ਬਿਮਾਰੀ) ਦੇ ਪੈ ਰਹੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਪਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਤੁਹਾਡੇ ਜਵਾਬਾਂ, ਅਤੇ ਟੈਸਟ ਦੇ ਸਕੋਰ ਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੰਬੰਧੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਵੱਲੋਂ COPD ਦੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਨੂੰ ਹੋਰ ਬਿਹਤਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਫਾਇਦਾ ਲੈਣ ਲਈ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਹਰੇਕ ਆਈਟਮ ਲਈ, ਉਸ ਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ( X ) ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਉ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਲਤ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਣਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਉੱਤਰ ਦੀ ਹੀ ਚੋਣ ਕਰੋ।

ਉਦਾਹਰਣ: ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਹਾਂ 

0	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

 ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਉਦਾਸ ਹਾਂ

			ਸਕੋਰ						
ਮੈਂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਖੰਘਦਾ/ਖੰਘਦੀ	<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	0	1	2	3	4	5	ਮੈਂ ਹਰ ਵੇਲੇ ਖੰਘਦਾ/ਖੰਘਦੀ ਰਹਿੰਦਾ/ਰਹਿੰਦੀ ਹਾਂ	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5				
ਮੇਰੀ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਬਲਗਮ ਨਹੀਂ ਹੈ	<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	0	1	2	3	4	5	ਮੇਰੀ ਛਾਤੀ ਬਲਗਮ ਨਾਲ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਰੀ ਹੋਈ ਹੈ	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5				
ਮੇਰੀ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਜਕੜਨ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ	<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	0	1	2	3	4	5	ਮੇਰੀ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜਕੜਨ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5				
ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਪਹਾੜੀ ਉਤੇ ਜਾਂ ਪੌੜੀਆਂ ਚੜ੍ਹਦਾ/ਚੜ੍ਹਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੇਰਾ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਉੱਖੜਦਾ ਹੈ	<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	0	1	2	3	4	5	ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਪਹਾੜੀ ਉਤੇ ਜਾਂ ਪੌੜੀਆਂ ਚੜ੍ਹਦਾ/ਚੜ੍ਹਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੇਰਾ ਸਾਹ ਬਹੁਤ ਉੱਖੜਦਾ ਹੈ	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5				
ਮੈਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹਾਂ	<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	0	1	2	3	4	5	ਮੈਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸੀਮਿਤ ਹਾਂ	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5				
ਆਪਣੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਦਸ਼ਾ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਂਦਿਆਂ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਹੁੰਦਾ/ਹੁੰਦੀ ਹਾਂ	<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	0	1	2	3	4	5	ਆਪਣੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਦਸ਼ਾ ਕਾਰਨ ਮੈਂ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਂਦਿਆਂ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ/ਹੁੰਦੀ ਹਾਂ	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5				
ਮੈਂ ਘੂਕ ਨੀਂਦ ਸੌਂਦਾ/ਸੌਂਦੀ ਹਾਂ	<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	0	1	2	3	4	5	ਆਪਣੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਦਸ਼ਾ ਕਾਰਨ ਮੈਨੂੰ ਘੂਕ ਨੀਂਦ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5				
ਮੇਰੇ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਿੰਮਤ ਹੈ	<table border="1" style="display: inline-table;"><tr><td>0</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table>	0	1	2	3	4	5	ਮੇਰੇ ਵਿੱਚ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਹਿੰਮਤ ਨਹੀਂ ਹੈ	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5				

**ਕੁੱਲ ਸਕੋਰ**

--	--