

Vārds:

Datums:

Kā jums norit HOPS? Aizpildiet HOPS novērtējuma testu!

Ar šīs anketas palīdzību jūs un ārsts varēsiet izmērīt HOPS (hroniskas obstruktīvās plaušu slimības) ietekmi uz jūsu labklājību un ikdienas dzīvi. Gan jūs, gan ārsts varat izmantot gan jūsu atbildes, gan testa rezultātus, lai palīdzētu jums vadīt HOPS norisi un gūt vislielāko labumu no ārstēšanas.

Atbildot uz katru no turpmākajiem jautājumiem, ievielciet X lodziņā, kurš šobrīd visprecīzāk raksturo jūsu stāvokli. Katram jautājumam izvēlieties tikai vienu atbildi.

Piemērs: Es jūtos ļoti laimīgs

0 1 2 3 4 5

Es esmu ļoti noskumis

**PUNKTU
SKAITS**

Es nekad neklepoju

0 1 2 3 4 5

Es klepoju visu laiku

Man krūtīs nemaz nav krēpu (g otu)

0 1 2 3 4 5

Man krūtīs ir pilnas ar krēpām (g otām)

Es nejūtu smagumu krūtīs

0 1 2 3 4 5

Es jūtu ļoti lielu smagumu krūtīs

Man netrūkst elpas, kad kāpju kalnā vai uzkāpju vienu stāvu pa trepēm

0 1 2 3 4 5

Man ļoti trūkst elpas, kad kāpju kalnā vai uzkāpju vienu stāvu pa trepēm

Es varu paveikt visus mājas darbus

0 1 2 3 4 5

Man ir ļoti grūti paveikt mājas darbus

Neraugoties uz manu plaušu stāvokli, jūtos droši, izejot ārpus mājas

0 1 2 3 4 5

Izejot ārpus mājas, sava plaušu stāvokļa dēļ es jūtos ļoti nedroši

Es labi guļ

0 1 2 3 4 5

Plaušu stāvokļa dēļ es slikti guļ

Man ir daudz enerģijas

0 1 2 3 4 5

Man nemaz nav enerģijas