

أداة تقييم التنفس*



هل من أنشطة ترغب في ممارستها ولكنك تُحجم عنها بسبب التنفس؟

لا نعم

هل تستيقظ بسبب مشاكل أو صعوبة في التنفس؟

لا نعم

في أي فترة من اليوم يكون تنفسك في أسوأ حالاته؟

الصباح بعد الظهر المساء أثناء الليل

ما مدى عسر التنفس لديك؟

ضع علامة على أي موضع في الرسم البياني يصف مدى عسر التنفس لديك

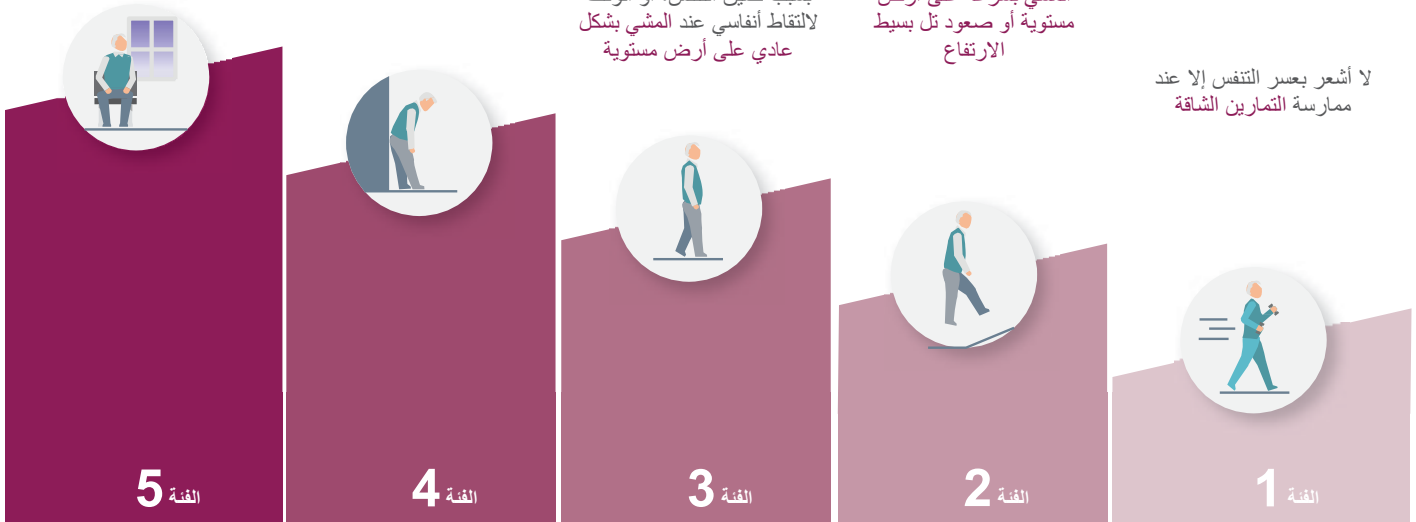
أعاني ضيق تنفس شديد بحيث لا أستطيع مغادرة المنزل أو ألبيث عند ارتداء ملابس أو خلعها

أتوقف لالتقاط أنفاسي بعد المشي لمسافة 100 ياردة (90 م) تقريباً أو بعد بضع دقائق على أرض مستوية

أمشي بسرعة أبطأ من الأشخاص الذين ينتمون لفتي العمرية على الأرض المستوية بسبب ضيق التنفس، أو أتوقف لالتقاط أنفاسي عند المشي بشكل عادي على أرض مستوية

أشعر بضيق في التنفس عند المشي بسرعة على أرض مستوية أو صعود تل بسيط الارتفاع

لا أشعر بعسر التنفس إلا عند ممارسة التمارين الشاقة



عسر التنفس المتزايد

بالاستناد إلى مجلس الأبحاث الطبية (MRC)، والجمعية الكندية لأمراض الصدر، والمبادرة العالمية لمرض الانسداد الرئوي المزمن (GOLD)

www.breathassess.ca

*هذه الأداة مخصصة للمرضى الذين يعانون مرض الانسداد الرئوي المزمن (COPD)، بما في ذلك التهاب الشعب الهوائية والنفاخ المزمنين.

رسالة من شركة أبحاث دوائية كندية.