

আপনার নাম:

আজকের তারিখ:

আপনার COPD-র অবস্থা কেমন? COPD মূল্যায়ন পরীক্ষা™ (CAT) নিয়ে তা নির্ধারণ করুন।

এই প্রশ্নাবলীটি আপনাকে ও আপনার স্বাস্থ্য পরিষেবা প্রদানকারীকে সাহায্য করবে আপনার ভালো থাকা ও দৈনন্দিন জীবনে আপনার ফুসফুসের অসুখ COPD (ক্লিনিক অবস্ট্রাক্টিভ পালমোনারি ডিজিজ)-র প্রভাব পরিমাপ করতে। আপনার উত্তরগুলি এবং পরীক্ষার স্কোরকে আপনি ও আপনার স্বাস্থ্য পরিষেবা প্রদানকারী ব্যবহার করতে পারবেন আপনার COPD আরও ভালোভাবে পরিচালনা করতে এবং চিকিত্সা থেকে সর্বোচ্চ লাভ পেতে।

নিচে দেওয়া প্রতিটি বিষয়ে, যে বাক্স আপনার বর্তমান অবস্থার সবচেয়ে সেরা বর্ণনা করে সেটিতে একটি (X) চিহ্ন দিন। অনুগ্রহ করে প্রতিটি প্রশ্নের জন্য কেবলমাত্র একটি উত্তরই বেছে নিন।

উদাহরণ: আমি খুব খুশি

0 ~~X~~ 2 3 4 5 আমি খুব বিষণ্ণ

স্কোর

আমি কখনও কাশি না	0 1 2 3 4 5	আমার সবসময়েই কাশি হয়	
আমার বুকে কোনো শ্বেশ্মা নেই	0 1 2 3 4 5	আমার বুক শ্বেশ্মায় পরিপূর্ণ	
আমার বুকে কখনও চাপ অথবা আঁটভাব বোধ করি না	0 1 2 3 4 5	আমার বুকে চাপ অথবা আঁট বোধ করি	
যখন আমি পাহাড়ের ঢাল বেয়ে অথবা সিঁড়ি বেয়ে উঠি তখন শ্বাসরুদ্ধ হয়ে পড়ি না	0 1 2 3 4 5	যখন আমি পাহাড়ের ঢাল বেয়ে অথবা সিঁড়ি বেয়ে উঠি তখন শ্বাসরুদ্ধ হয়ে পড়ি	
আমি বাড়িতে কোনো কাজ করতে অসুবিধা অনুভব করি না	0 1 2 3 4 5	আমি বাড়িতে কাজ করতে যথেষ্ট অসুবিধা অনুভব করি	
আমার ফুসফুসের এই অবস্থা থাকার সত্ত্বেও বাড়ির বাইরে যেতে ভরসা পাই	0 1 2 3 4 5	আমার ফুসফুসের এই অবস্থা থাকায় বাড়ির বাইরে যেতে ভরসা পাই না	
আমি গভীর ঘুম ঘুমাই	0 1 2 3 4 5	আমার ফুসফুসের জন্য আমি গভীরভাবে ঘুমাই না	
আমার ভরপুর উদ্যম আছে	0 1 2 3 4 5	আমি কোনো উদ্যম পাই না	