

Pyetësoni i kontrollit të astmës për të rritur

Pikët variojnë nga 5 (kontroll i dobët i astmës) në 25 (kontroll i plotë i astmës), ku numri më i madh i pikëve pasqyron një kontroll më të mirë të astmës. Pikët ACT >19 tregojnë për një astmë të mirëkontrolluar.

Shënoni me X kutinë që përshkruan më mirë përgjigjen tuaj.

1. Gjatë **4 javëve të fundit**, sa kohë ju ka marrë astma nga aktivitetet në shtëpi ose në punë?

Gjithë kohën	Shumicën e kohës	Një pjesë të kohës	Shumë pak kohë	Aspak kohë
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

2. Gjatë **4 javëve të fundit**, sa shpesh keni pasur vështirësi në frymëmarrje?

Më shumë se 1 herë në ditë	Një herë në ditë	3 deri në 6 herë në javë	1 ose 2 herë në javë	Asnjëherë
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

3. Gjatë **4 javëve të fundit**, sa shpesh ju kanë zgjuar simptomat e astmës (fishkëllima, kolla, vështirësia në frymëmarrje, shtrëngimi ose dhimbja e krahavorit) gjatë natës ose në mëngjes më herët se zakonisht?

4 ose më shumë netë në javë	2 ose 3 netë në javë	Një herë në javë	Një ose dy herë	Asnjëherë
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

4. Gjatë **4 javëve të fundit**, sa shpesh keni përdorur inhalatorin apo nebulizatorit tuaj (si Albuterol, Ventolin, Preventil, Maxair, ose Primatene Mist)?

3 ose më shumë herë në ditë	1 ose 2 herë në ditë	2 ose 3 herë në javë	Një herë në javë ose më pak	Asnjëherë
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

5. Si do ta vlerësonit kontrollin e astmës tuaj gjatë **4 javëve të fundit**?

Aspak nën kontroll	Kontroll i dobët	Disi nën kontroll	E mirëkontrolluar	Plotësisht nën kontroll
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

Totali i pikëve: _____