

Hvordan er din KOLS? Ta KOLS-vurderingstest (COPD Assessment Test™, CAT)

Dette spørreskjemaet vil hjelpe deg og helsepersonellet med å bedømme hvor mye KOLS (kronisk obstruktiv lungesykdom) påvirker ditt velvære og ditt daglige liv. Dine svar, og poengsummen på testen, kan brukes av deg og helsepersonellet til å hjelpe deg med å mestre din KOLS på en bedre måte og få mest mulig ut av behandlingen.

Hvis du ønsker å fylle ut spørreskjemaet for hånd på papir, **kan du klikke her** og skrive ut spørreskjemaet.

For hvert punkt nedenfor skal du sette et kryss (X) i boksen som best beskriver din tilstand for øyeblikket. Pass på at du bare velger ett svar for hvert spørsmål.

Eksempel: Jeg er svært glad 0 1 2 3 4 5 Jeg er svært trist

POENG

Jeg hoster aldri	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	Jeg hoster hele tiden	<input type="text"/>
Jeg har ikke slim i brystet i det hele tatt	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	Brystet er helt fullt av slim	<input type="text"/>
Brystet føles ikke tett i det hele tatt	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	Brystet føles svært tett	<input type="text"/>
Jeg er ikke andpusten når jeg går opp en bakke eller en trapp mellom to etasjer	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	Jeg er svært andpusten når jeg går opp en bakke eller en trapp mellom to etasjer	<input type="text"/>
Jeg blir ikke begrenset ved noen aktiviteter som jeg gjør hjemme	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	Jeg blir svært begrenset når jeg utfører aktiviteter hjemme	<input type="text"/>
Jeg føler meg trygg når jeg går ut, til tross for lungesykdommen	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	Jeg føler meg overhode ikke trygg når jeg går ut, pga. lungesykdommen	<input type="text"/>
Jeg sover godt	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	Jeg sover ikke godt på grunn av min lungesykdom	<input type="text"/>
Jeg har mye energi	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5	Jeg har ingen energi i det hele tatt	<input type="text"/>
POENGSUM								<input type="text"/>



Pass på at du skriver ut din CAT før du oppsøker helsepersonellet!

COPD-vurderingstesten er utviklet av en flerdisiplinær gruppe av internasjonale COPD-eksperter, med støtte fra GSK. Et styre bestående av uavhengige eksterne eksperter, derav én styreleder, fører tilsyn med GSKs aktiviteter når det gjelder COPD-vurderingstesten.

CAT, COPD-vurderingstesten og CAT-logoen er varemerker som tilhører GSK-gruppen. ©2009 GSK. Med enerett.

How is your COPD? Take the COPD Assessment Test™ (CAT)

This questionnaire will help you and your healthcare professional to measure the impact that COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease) is having on your wellbeing and daily life. Your answers and test score can be used by you and your healthcare professional to help improve the management of your COPD and gain the greatest benefit from the treatment.

If you wish to complete the questionnaire by hand on paper, [please click here](#) and then print the questionnaire.

For each item below, place a mark (X) in the box that best describes your current situation. Please ensure that you only select one response for each question.

Example: I am very happy (0) (~~1~~) (2) (3) (4) (5) I am very sad

		SCORE					
I never cough	(0) (1) (2) (3) (4) (5)	I cough all the time					
I have no phlegm (mucus) on my chest at all	(0) (1) (2) (3) (4) (5)	My chest is full of phlegm (mucus)					
My chest does not feel tight at all	(0) (1) (2) (3) (4) (5)	My chest feels very tight					
When I walk up a hill or a flight of stairs I am not out of breath	(0) (1) (2) (3) (4) (5)	When I walk up a hill or a flight of stairs I am completely out of breath					
I am not limited to doing any activities at home	(0) (1) (2) (3) (4) (5)	I am completely limited to doing all activities at home					
I am confident leaving my home despite my lung condition	(0) (1) (2) (3) (4) (5)	I am not confident leaving my home at all because of my lung condition					
I sleep soundly	(0) (1) (2) (3) (4) (5)	I do not sleep soundly because of my lung condition					
I have lots of energy	(0) (1) (2) (3) (4) (5)	I have no energy at all					
TOTAL SCORE							



Make sure you print your CAT before visiting your healthcare professional!