

Κλίμακα Εμποδίων καρδιακής αποκατάστασης

Οι παρακάτω ερωτήσεις αφορούν ορισμένους από τους παράγοντες που επηρεάζουν τη συμμετοχή σας σε συνεδρίες καρδιακής αποκατάστασης. Απαντήστε σε **όλες τις ερωτήσεις** σε αυτήν τη σελίδα, ανεξάρτητα από το εάν παρακολουθήσατε ή όχι πρόγραμμα καρδιακής αποκατάστασης.

Δεν παρακολούθησα πρόγραμμα καρδιακής αποκατάστασης ή αν παρευρέθηκα, έχασα κάποιες συνεδρίες εξαιτίας των παρακάτω:

	Διαφωνώ απόλυτα	Διαφωνώ	Ούτε Συμφωνώ ούτε Διαφωνώ	Συμφωνώ	Συμφωνώ απόλυτα
1. ... της απόστασης (π.χ. δεν βρίσκεται στην περιοχή σας, πολύ μακριά για να ταξιδέψετε)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ... του κόστους (π.χ. παρκινγκ, καύσιμα)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ... δυσκολίας μετακίνησης (π.χ. πρόσβαση σε αυτοκίνητο ,Μέσα Μαζικής Μεταφοράς)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ... οικογενειακών υποχρεώσεων	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ... έλλειψη ενημέρωσης σχετικά με καρδιακή αποκατάσταση (π.χ. δεν είχα ενημέρωση από το γιατρό μου)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ... δεν χρειάζομαι καρδιακή αποκατάσταση	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ... ασκούμε ήδη στο σπίτι ή στην κοινότητα μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ... άσχημων καιρικών συνθηκών	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ... θεωρώ την άσκηση κουραστική ή επώδυνη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ... συχνά ταξίδια (π.χ. διακοπές, επαγγελματικά, εξοχική κατοικία)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. ... των χρονικών περιορισμών (π.χ. πολύ απασχολημένος)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. ... εργασιακές υποχρεώσεις	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. ... έλλειψης ενέργειας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. ... άλλων θεμάτων υγείας με εμποδίζουν να συμμετέχω (προσδιορίστε: _____)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. ... ηλικία (μεγάλος)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. ... δεν το θεώρησε ο γιατρός μου απαραίτητο	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. ... πολλοί άνθρωποι με καρδιακά προβλήματα δεν πάνε και είναι καλά	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. ... μπορώ να διαχειριστώ μόνος μου το πρόβλημα της καρδιάς μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. ... νομίζω ότι παραπέμφθηκα αλλά το πρόγραμμα δεν επικοινωνήσε μαζί μου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. ... πήρε πολύ χρόνο για να ενημερωθώ και να μπω στο πρόγραμμα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. ... προτιμώ να φροντίζω μόνος/η μου την υγεία μου και όχι μέσα από τη συμμετοχή μου σε ομάδες	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>