

Developed by leading expert in behavioral medicine, Professor Rob Horne, University College London (UCL), with colleagues from the international Primary Care Respiratory Group (IPCRG), and fully funded by AstraZeneca UK Limited.

短效氣管舒張劑依賴程度評估測驗

此自我測驗的設計是幫助您及您的醫生、護士或藥劑師瞭解您對於您的哮喘短效氣管舒張劑*的想法及您是否過於依賴此藥物。此測驗並非醫療建議，在諮詢醫生或專業醫護人員前，請勿停止或更改您的用藥。

第一部分、您對於短效氣管舒張劑的看法

1. 請圈選最符合您目前看法的分數
2. 請在每項陳述旁邊的方格填入該項的分數
3. 請將分數加起來，以取得總分
4. 請和您的醫生、護士或藥劑師分享您的分數

這些是其他人對短效氣管舒張劑的陳述。

此份測驗並無標準答案，我們僅對於您的看法有興趣。

					第一部分 分數
1. 使用短效氣管舒張劑來治療哮喘症狀，是控制哮喘的最佳方法。					<input type="text"/>
1 完全不同意	2 不同意	3 不確定	4 同意	5 完全同意	
2. 當隨身攜帶短效氣管舒張劑時，我不擔心哮喘發作。					<input type="text"/>
1 完全不同意	2 不同意	3 不確定	4 同意	5 完全同意	
3. 短效氣管舒張劑是我在治療哮喘上唯一可以依靠的藥物。					<input type="text"/>
1 完全不同意	2 不同意	3 不確定	4 同意	5 完全同意	
4. 使用短效氣管舒張劑所帶來的好處超過所帶來的風險。					<input type="text"/>
1 完全不同意	2 不同意	3 不確定	4 同意	5 完全同意	
5. 相較於吸入式類固醇預防藥物，我更喜歡依靠我的短效氣管舒張劑。					<input type="text"/>
1 完全不同意	2 不同意	3 不確定	4 同意	5 完全同意	
第一部分：請翻閱背面以了解您的總分的代表意義					<input type="text"/>
第一部分，總共					

第二部分、使用短效氣管舒張劑

1. 請在下方圈選您的答案，並於方格填入分數
2. 請和您的醫生、護士或藥劑師分享您的分數

					第二部分 分數
過去四週您平均使用短效氣管舒張劑的頻率是多少？					<input type="text"/>
1 從未使用	2 每週2次或更少	3 每週3次	4 每週4-5次	5 每週5次以上	

* 含一種稱為SABA (短效β促效劑) 的藥物，處方目的為在出現哮喘症狀可迅速逐步緩解

此測驗並非醫療建議，在諮詢醫生或專業醫護人員前，請勿停止或更改您的用藥。

翻閱背面

Developed by leading expert in behavioral medicine, Professor Rob Horne, University College London (UCL), with colleagues from the international Primary Care Respiratory Group (IPCRG), and fully funded by AstraZeneca UK Limited.

這份自我測驗可以幫助我什麼？

由於使用短效氣管舒張劑可以讓您快速感受到症狀的改善，因此許多人過於依賴短效氣管舒張劑^{3,4}，認為短效氣管舒張劑是治療哮喘最重要的藥物。但是短效氣管舒張劑卻同時具有好和不好的部分。

好的部分：它可以讓我感到哮喘症狀快速改善。

不好的部分：雖然短效氣管舒張劑可改善哮喘症狀，但它並無法從根本治療哮喘發作的病因。

第一部分的總分代表的意義是什麼？

18-25分：高度風險 — 過於依賴您的短效氣管舒張劑風險屬高：與許多人一樣，您似乎非常依賴短效氣管舒張劑。如果您一週使用三次或以上，這可以是您的哮喘沒有受到應有之良好控制的徵象，這值得與您的醫生、護士、藥劑師討論您的結果。

11-17分：中度風險 — 過於依賴您的短效氣管舒張劑風險屬中等：與許多人一樣，短效氣管舒張劑對您非常重要，但您可能對它依賴有點過高。如果您一週使用三次或以上，這可以是您的哮喘沒有受到應有之良好控制的徵象，這值得與您的醫生、護士、藥劑師討論您的結果。

≤10分：低度風險 — 過於依賴您的短效氣管舒張劑風險屬低：您並沒有過度依賴短效氣管舒張劑，這是個好消息，請繼續閱讀以確保您沒有任何哮喘控制不佳的徵象。

第二部分的總分代表的意義是什麼？

當您的分數 ≥ 3 分時，您可能已經使用過多的短效氣管舒張劑^{1,2}。這可以是您的哮喘沒有受到應有之良好控制的徵象。請告訴您的醫生、護士、或藥劑師，因為也許有更佳的方式治療您的哮喘。

有哪些哮喘控制不佳的其他徵象呢？²

在使用短效氣管舒張劑一週三次或以上以外，仍有三個其他哮喘控制不佳的徵象，請回顧過去四週是否有以下情形，這值得與您的醫生、護士、藥劑師討論哮喘控制。

1. 每週白天症狀出現三次或以上。
2. 晚上因哮喘症狀而夜醒。
3. 每週使用3次或以上短效氣管舒張劑。
4. 因哮喘而限制您的活動。

在正確的治療下，大多數的人可達到良好的哮喘控制。

注意：準則採用實用的數值，即使用緩解劑來緩解症狀的次數達每週三天或以上，來定義未受控制的(NICE 2017)¹或部分控制/未受制的(GINA 2019)²哮喘。這份5個問題問卷，是根據倫敦大學學院的行為醫學領域專家Rob Horne教授建立和設計的藥物觀念問卷 (Beliefs about Medicines Questionnaire)⁵ 而改編，問卷已經過驗證且在全球使用。IPCRG已獲得阿斯利康資助來發展哮喘正確護理計劃 (Asthma Right Care Initiative)。此工具之製作和發佈由英國阿斯利康全額資助。

¹ NICE Guideline [NG80]. Asthma: diagnosis, monitoring and chronic asthma management. November 2017. ² Global Initiative for Asthma (GINA). Pocket Guide for asthma management and prevention (for adults and children older than 5 years). 2019. Available from: www.ginasthma.org [last accessed 08.05.19]. ³ Price D, Fletcher M, van der Molen T. *NPJ Prim Care Respir Med*. 2014; 24:14009. ⁴ Partridge MR, van der Molen T, Myrseth SE, et al. *BMC Pulm Med*. 2006; 6:13. ⁵ Horne R, Weinman J, Hankins M. *Psychology & Health*. 1999; 14(1):1-24.