

নাম: \_\_\_\_\_

তারিখ: \_\_\_\_\_

beat  
asthma

## 4 থেকে 11 বছর বয়সী শিশুদের জন্য চাইল্ডহুড অ্যাজমা কন্ট্রোল টেস্ট

এই টেস্টটি আপনার ডাক্তারকে আপনার হাঁপানি নিয়ন্ত্রণে আছে কিনা সেই ব্যাপারে সিদ্ধান্ত নিতে সহায়তা করবে।

কিন্তু চাইল্ডহুড অ্যাজমা কন্ট্রোল টেস্ট করতে হয়:

ধাপ 1: আপনার শিশুকে 1-4 নম্বর প্রশ্নগুলোর উত্তর দিতে দিন। আপনি আপনার শিশুকে প্রশ্নটি বুঝতে সহায়তা করতে পারবেন কিন্তু তাদেরকেই উত্তরটি নির্বাচন করতে দিন।

ধাপ 2: 5-7 নম্বর প্রশ্নগুলোর উত্তর আপনার শিশুর উত্তর দ্বারা প্রভাবিত না হয়ে আপনি নিজে নিজেই দিন।

ধাপ 3: প্রদত্ত স্কের বক্সে প্রতিটি উত্তরের নম্বর লিখুন

ধাপ 4: আপনার শিশুর সর্বমোট স্কের জানতে প্রতিটি স্কের বক্স যোগ করুন

ধাপ 5: আপনার স্কের সম্পর্কে কথা বলতে আপনার ডাক্তারের কাছে টেস্টটি নিয়ে যান।

19

যদি আপনার শিশুর স্কের 19 অথবা কম হয়, সেক্ষেত্রে তাদের হাঁপানি হয়তো ততোটা নিয়ন্ত্রণে নেই যতটা এটির থাকার কথা ছিল। আপনার ফলাফল সম্পর্কে কথা বলতে আপনার ডাক্তারের কাছে এই স্কের নিয়ে যান।

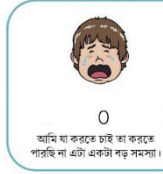
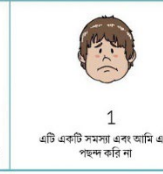
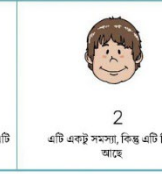
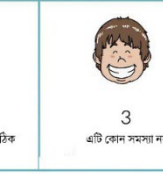
আপনার শিশুকে এই প্রশ্নগুলোর দিতে বলুন:

1. আজ তোমার হাঁপানির অবস্থা কী?

			
---	---	---	---

স্কের

2. তুমি যখন ব্যায়াম অথবা খেলাধুলা করো তখন তোমার হাঁপানি তোমার জন্য কতটা সমস্যাসকুল হয়?

			
--	--	--	--

3. তোমার কাশি কি তোমার হাঁপানির কারণে হয়?

			
---	---	---	---

4. তোমার রাতের বেলায় ঘুম ভেঙ্গে যাওয়ার কারণ কি তোমার হাঁপানি?

			
---	---	---	---

নিচের প্রশ্নগুলো আপনি নিজে নিজেই সম্পন্ন করুন:

5. গত 4 সপ্তাহের মধ্যে, কতদিন আপনার সন্তানের মধ্যে দিনের বেলায় হাঁপানির উপসর্গগুলো দেখা গিয়েছে?

5	4	3	2	1	0
মোটাই না	1-3 দিন	4-10 দিন	11-18 দিন	19-24 দিন	প্রতিদিন

6. গত 4 সপ্তাহের মধ্যে, কতদিন আপনার সন্তানের মধ্যে দিনের বেলায় হাঁপানির কারণে শ্বাস নেওয়া এবং ছাড়ার সময় শোঁশোঁ আওয়াজ হয়েছে?

5	4	3	2	1	0
মোটাই না	1-3 দিন	4-10 দিন	11-18 দিন	19-24 দিন	প্রতিদিন

7. গত 4 সপ্তাহের মধ্যে, কতদিন আপনার সন্তান হাঁপানির কারণে রাতের বেলায় ঘুম থেকে জেগে উঠেছে?

5	4	3	2	1	0
মোটাই না	1-3 দিন	4-10 দিন	11-18 দিন	19-24 দিন	প্রতিদিন

সর্বমোট  
স্কের