

CAT – COPD ASSESSMENT TEST



1. Name:

e-mail:

Hier ist ein Screening Fragebogen zur Ermittlung der Symptome (CAT) & Dyspnoe (MMRC – Modified Medical Research Council). Dieser Fragenbogen hilft Ihnen und uns, die Auswirkungen der COPD (chronisch obstruktive Lungenerkrankung) auf Ihre Belastbarkeit & Befindlichkeit im Alltag zu erfassen. Ihre Antworten und das Test-Ergebnis können dazu verwendet werden, die Behandlung Ihrer COPD zu optimieren.

2. Wie funktioniert der CAT - Test?

1. Kreuzen Sie bei jeder folgenden Aussage an, was derzeit am besten auf Sie zutrifft.
2. Zählen Sie ihre Punkte zusammen, um den **Gesamtwert** zu erhalten.
3. Bedeutung des erreichten Gesamtwertes:

Unter 10 Punkten – Die meisten Tage sind gut & die COPD hindert mich an der ein oder anderen Aktivität, dauerhafte Beschwerden bestehen jedoch nicht. Vordringlich ist – sofern noch nicht umgesetzt – die Beendigung des Rauchens. Medikamente sind nicht zwingend erforderlich. Sinnvoll ist jedoch die Wahrnehmung körperlicher Aktivität & Atemcoaching.

10 bis 20 Punkte – Einige Tage in der Woche sind gut, jedoch an den meisten Tagen bereitet die COPD Probleme (Kurzatmigkeit, Husten, Auswurf). Eine bedarfsorientierte Medikation kann helfen.

Über 20 Punkte – Die COPD schränkt meine Lebensqualität & Belastbarkeit dauerhaft ein, im Alltag sind die Beschwerden stetig vorhanden. Vordringlichste Maßnahme ist die Beendigung des Rauchens. Eine medikamentöse Dauerbehandlung und tägliche individualisierte moderate Bewegung kann Linderung verschaffen.

Über 30 Punkte – Lebensqualität & Belastbarkeit sind sehr stark & dauerhaft eingeschränkt. Hier müssen alle Behandlungsmöglichkeiten (Medikation, Lungensport, Atemcoaching, Sauerstofftherapie) hinsichtlich eines möglichen Einsatzes geprüft werden.

3. COPD Assessment Test

Ich huste nie / ich huste ständig	0	1	2	3	4	5	Punkte
Ich bin überhaupt nicht / völlig verschleimt	0	1	2	3	4	5	Punkte
Ich spüre kein / ein sehr starkes Engegefühl in der Brust	0	1	2	3	4	5	Punkte
Wenn ich Treppe steige komme ich nicht / komme ich sehr außer Atem	0	1	2	3	4	5	Punkte
Bei meinen häuslichen Aktivitäten bin ich nicht / bin ich stark eingeschränkt	0	1	2	3	4	5	Punkte
Ich kann ohne Bedenken / nicht ohne große Bedenken das Haus verlassen	0	1	2	3	4	5	Punkte
Ich schlafe tief & fest / ich schlafe wegen der Lungenerkrankung kaum	0	1	2	3	4	5	Punkte
Ich bin voller Energie / Ich habe überhaupt keine Energie	0	1	2	3	4	5	Punkte

Gesamtpunktzahl

4. MMRC-Score – Beurteilung der Atemnot

Score	Beschreibung
0	Ich bekomme nur Atemnot bei sehr starker Belastung.
1	Ich bekomme Atemnot bei schnellem Gehen in der Ebene oder bei leichter Steigung.
2	Wegen meiner Atemnot bin ich beim Gehen langsamer im Vergleich zu Personen gleichen Alters ODER gezwungen zum Stehenbleiben beim Gehen in der Ebene.
3	Ich muss bei einer Gehstrecke von 100 Metern oder nach 2 Minuten stehen bleiben.
4	Ich kann wegen meiner Atemnot das Haus nicht verlassen oder komme beim An- und Ausziehen außer Atem.