

照顧者負荷量表

照顧者負荷量表	量表完成日：			
我們想要瞭解您照顧_____（先生/女士）以後 的感覺，請問您會不會因為照顧他，而……	0 從未	1 很少	2 有時	3 常常
1. 使您身體疲倦，精疲力竭	0	1	2	3
2. 使您的身體健康變壞	0	1	2	3
3. 使您感覺生氣或發脾氣	0	1	2	3
4. 看到他的健康情形及衰老，使您感到難過	0	1	2	3
5. 您覺得您做得不夠多，對不起他	0	1	2	3
6. 您與親戚朋友之間交往受到影響。	0	1	2	3
7. 您出外旅行受到影響。	0	1	2	3
8. 您必須時時刻刻注意他。	0	1	2	3
9. 使您沒有時間做自己想做的事。	0	1	2	3
10. 照顧他的花費很大，使您們家付不起。	0	1	2	3
11. 因經濟受影響，得省吃儉用，節省開銷。	0	1	2	3
12. 為了照顧他，家人之間的關係惡化。	0	1	2	3
13. 無法兼顧他及其他家人之照顧。	0	1	2	3
14. 其他家人嫌您對____（先生/女士）照顧的不夠好。	0	1	2	3
15. 日常生活作息受影響，整個家庭需重新適應。	0	1	2	3

16. 使您覺得自己很重要。	3	2	1	0
17. 使您受到別人的讚賞及尊敬。	3	2	1	0
18. 使您覺得盡了義務，感到心安。	3	2	1	0
19. 因為他的行為讓您覺得不好意思。	0	1	2	3
20. 您覺得沒有辦法(沒法度)再長久照顧他	0	1	2	3
21. 因為照顧他，您覺得很難去安排或計劃您的未來。	0	1	2	3
22. 您平日的生活安排必須全部依照他的需要來決定。	0	1	2	3
		總分：		
照顧者身心狀態 受案標準： 1. 高度照顧負荷:總分落在 44 分以上 2. 中度照顧負荷:總分落在 22-43 分以上	照顧負荷分數： ☐ 1. 44 分以上 ☐ 2. 22-43 分以上			