

Table S1. CADE-Q SV (Chinese version) full questionnaire

冠状动脉疾病教育问卷（简版）

如果您认为以下陈述是对的，请勾选“是”；如果您认为是错的，请勾选“否”；如果您不知道，请勾选“我不确定”。

	问题	是	否	我不确定
1	冠状动脉疾病是一种只发生在高胆固醇或吸烟的老年人身上的心脏动脉疾病。	☐	☐	☐
2	血压、胆固醇、吸烟和吸二手烟、腰围和应对压力是可以改变的心血管疾病相关风险因素。	☐	☐	☐
3	“心绞痛”是一种胸部疼痛或不适，会在休息或活动时发生。这种疼痛会放射至手臂、背部或颈部。	☐	☐	☐
4	力量训练（举重或使用弹力带）的好处是增加力量，提高日常活动的的能力，改善血糖水平和增加肌肉含量。	☐	☐	☐
5	多吃肉类和乳制品是增加膳食纤维的好方法。	☐	☐	☐
6	抗血小板药物如阿司匹林之所以很重要，是因为其有助于防止血液中血栓形成，降低了血液中血小板的“粘性”，让血液可以更容易通过冠状动脉。	☐	☐	☐
7	应对压力的唯一有效方法是避免和引起不愉快感受的人相处。	☐	☐	☐
8	热身运动能缓慢增加心率，并能降低发生心绞痛的风险。	☐	☐	☐
9	腌制食品（如泡菜）通常钠盐含量高。	☐	☐	☐
10	心脏病急性发作后抑郁很常见。抑郁会降低患者后期的康复能力，并增加心脏病再次急性发作的风险。	☐	☐	☐

11	“他汀类”药物限制了人体从食物中摄取更多的胆固醇。他汀类药物包括阿托伐他汀（立普妥™）、瑞舒伐他汀（克雷斯特™）或辛伐他汀（佐科™）。	☐	☐	☐
12	为了控制血压，您应该将每日饮食中的食盐含量控制在 5 克以内，并进行锻炼，（按处方）规律服用降压药，并学习放松的技巧。	☐	☐	☐
13	如果您在步行锻炼的过程中感到胸部不适，应该加快步行速度，看看不适感是否会消失。	☐	☐	☐
14	反式脂肪是一种有害健康的脂肪，经常出现在油炸食品或烘焙食品中。	☐	☐	☐
15	没有接受治疗的睡眠呼吸暂停会增加心脏病再次发作的风险，但不会增加死亡风险。	☐	☐	☐
16	为了控制高胆固醇血症，您应该成为素食主义者，并避免吃鸡蛋。	☐	☐	☐
17	您的心率在运动时处于正常范围，并且感觉自己已经用力了但不“吃力”，还能边运动边谈话，则意味着您选择了合适的运动量。	☐	☐	☐
18	运动和健康饮食不能预防糖尿病。	☐	☐	☐
19	压力是心脏病发作的重要风险因素，与高血压和糖尿病的风险相当。	☐	☐	☐
20	蔬菜和水果、全麦、低脂奶制品和坚果是有助于降低血压的食品。	☐	☐	☐