

Chestionar de calitatea vietii CEEEX 71/ 2006**Data:**.....**Nume:**

1. In general ati putea afirma ca starea dvs de sanatate este:

- excelenta ☐
- foarte buna ☐
- buna ☐
- nu prea buna ☐
- proasta ☐

2. Daca v-ati compara starea dumneavoastra de sanatate cu cea de acum 6 luni, cum ati aprecia starea dvs de sanatate in prezent?

- mult mai buna decat acum 6 luni ☐
- ceva mai buna decat acum 6 luni ☐
- aproximativ la fel de buna ca acum 6 luni ☐
- ceva mai proasta decat acum 6 luni ☐
- mult mai proasta decat acum 6 luni ☐

3. Urmatoarele intrebari se refera la la activitati pe care le puteti efectua intr-o zi obisnuita. Starea prezenta a sanatatii dvs va limiteaza in efectuarea acestor activitati? Daca da, in ce masura?

	Ma limiteaza foarte mult	Ma limiteaza putin	Nu ma limiteaza
Activitati viguroase precum alergare, ridicare obiecte grele, participarea la sporturi solicitante			
Activitati moderate precum mutarea unei mese, folosirea aspiratorului, mersul pe bicicleta sau dansul			
Ridicarea sau cararea plasei de cumparaturi			
Urcarea pe jos a mai multor etaje			
Urcarea pe jos a unui etaj			
Indoirea, ingenuncherea sau aplecarea			
Mersul pe jos peste 1 km			
Mersul pe jos pe distante de mai multe sute de metri			
Mersul pe jos pe o distanta de 100 m			
Propria imbaiere si imbracare			

4. In timpul ultimelor 6 luni cat timp ati avut vreuna din urmatoarele probleme cu munca dvs sau o alta activitate zilnica regulata, din cauza starii dvs fizice?

	Tot timpul	Majoritatea timpului	O parte din timp	Putin timp	Niciodata
Ati redus cantitatea de timp petrecuta la lucru sau in cadrul altei activitati					
Ati realizat mai putin decat ati fi dorit					
Ati fost limitat in ceea ce priveste tipul de lucru sau de alte activitati					
Ati intampinat dificultati in realizarea lucrului sau a altor activitati (a fost nevoie de un efort suplimentar)					

5. In timpul ultimelor 6 luni in ce masura au fost afectate activitatile dvs sociale normale in familie, cu prietenii, vecinii, alte grupuri, de sanatatea dvs fizica?

- deloc ☐
- putin ☐
- moderat ☐
- destul de mult ☐
- extrem de mult ☐

6. Cata durere fizica ati resimtit in timpul ultimelor 6 luni?

- deloc ☐
- foarte putin ☐
- usoara ☐
- moderat ☐
- puternica ☐
- foarte mare ☐

7. In timpul ultimelor 6 luni in ce masura a intervenit durerea in lucrul dvs normal (inclusiv in activitatea din afara casei si in activitatile casnice)?

- deloc ☐
- putin ☐
- moderat ☐
- destul de mult ☐
- extrem de mult ☐

8. Cat timp in timpul ultimelor 6 luni

	Tot timpul	Majoritatea timpului	O parte din timp	Putin timp	niciodata
v-ati simti plin de viata					
ati fost f nervos					
v-ati simtit ata de melancolic incat nimic nu v-a putut invesele					
v-ati simtit calm si linistit					
ati fost plin de energie					
v-ati simiti abatut si deprimat					
v-ati simtit epuizat					
ati fost fericit					
v-ati simtit obosit					

9. Cat de adevarata sau falsa este afirmatia urmatoare cu privire la starea dvs?

	Complet adevarata	In mare parte adevarata	Nu stiu	In mare parte falsa	Complet falsa
Se pare ca ma imbolnavesc ceva mai usor decat alti oameni					
Sunt la fel de sanatos ca orice alt om pe care il cunosc					
Ma astept ca sanatatea mea sa se inrautateasca					
Sanatatea mea este excelenta					

10. Cu aproximatie cat timp (zile/ sapt) ati lipsit de la servicii din cauza bolii in ultimele 6 luni? (numai pentru cei incadrati in munca)
..... zile

11. De cate ori v-ati petrecut ziua in pat din cauza bolii in ultimele 6 luni?
..... ori

12. Cate zile ati fost in incapacitatea de a va ocupa de activitatile obisnuite din cauza bolii in ultimele 6 luni?
..... zile

13. Pot sa rad si sa vad partea buna a lucrurilor

- la fel de mult ca oricand ☐
- mai mult decat inainte ☐
- nu chiar la fel de mult ☐
- cu siguranta mai putin ☐
- deloc ☐

14. Ma sint ca si cum as functiona cu incetinitorul

- aproape tot timpul ☐
- foarte des ☐
- uneori ☐
- niciodata ☐

15. Pot sa stau linistit si sa uit de griji

- intotdeauna ☐
- de obicei ☐
- rar ☐
- deloc ☐

16. Astept cu nerabdare sa fac anumite

- la fel ca intodeauna ☐
- ceva mai mult decat acum 6 luni ☐
- ceva mai putin decat acum 6 luni ☐
- mult mai putin decat obisnuiam ☐
- aproape deloc ☐

17. Imi face placere o carte buna, un program bun la radio sau TV

- foarte des ☐
- destul de des ☐
- nu prea des ☐
- niciodata ☐

TOTAL scor: