

Quality of Life Questionnaire

Qualeffo-41

Users of this questionnaire (and all authorized translations) must adhere to the user agreement. Please use the related Scoring Algorithm.

A Bolest

Pět otázek v této části se týká Vašeho stavu v posledním týdnu.

<p>1 Jak často Vás v posledním týdnu bolela záda?</p>	<p><input type="checkbox"/> nikdy <input type="checkbox"/> jeden den v týdnu či méně <input type="checkbox"/> 2-3 dny v týdnu <input type="checkbox"/> 4-6 dní v týdnu <input type="checkbox"/> každý den</p>
<p>2 Pokud Vás záda bolela, jak dlouho během dne bolest trvala?</p>	<p><input type="checkbox"/> nikdy <input type="checkbox"/> 1-2 hodiny <input type="checkbox"/> 3-5 hodin <input type="checkbox"/> 6-10 hodin <input type="checkbox"/> celý den</p>
<p>3 Jak prudká je Vaše bolest zad v nejhorším stavu?</p>	<p><input type="checkbox"/> žádná <input type="checkbox"/> slabá <input type="checkbox"/> mírná <input type="checkbox"/> prudká <input type="checkbox"/> nesnesitelná</p>
<p>4 Jaká je Vaše bolest zad jindy?</p>	<p><input type="checkbox"/> žádná <input type="checkbox"/> slabá <input type="checkbox"/> mírná <input type="checkbox"/> prudká <input type="checkbox"/> nesnesitelná</p>
<p>5 Narušovala Vám bolest zad spánek během posledního týdne?</p>	<p><input type="checkbox"/> méně než jednou týdně <input type="checkbox"/> jednou týdně <input type="checkbox"/> dvakrát týdně <input type="checkbox"/> každou druhou noc <input type="checkbox"/> každou noc</p>

B Každodenní aktivity

Následující 4 otázky se týkají současné situace.

6 Máte problémy při oblékání?	<input type="checkbox"/> žádné <input type="checkbox"/> malé <input type="checkbox"/> mírné <input type="checkbox"/> musím vyžadovat jistou dopomoc <input type="checkbox"/> neobejdu se bez pomoci
7 Máte problémy při koupání či sprchování?	<input type="checkbox"/> žádné <input type="checkbox"/> malé <input type="checkbox"/> mírné <input type="checkbox"/> musím vyžadovat jistou dopomoc <input type="checkbox"/> neobejdu se bez pomoci
8 Máte problémy dojít si na toaletu či používat ji?	<input type="checkbox"/> žádné <input type="checkbox"/> malé <input type="checkbox"/> mírné <input type="checkbox"/> musím vyžadovat jistou dopomoc <input type="checkbox"/> neobejdu se bez pomoci
9 Jak dobře spíte?	<input type="checkbox"/> nerušeným spánkem <input type="checkbox"/> občas se probudím <input type="checkbox"/> často se probouzím <input type="checkbox"/> někdy celé hodiny proležím beze spánku <input type="checkbox"/> někdy nespím celou noc

C Domácí práce

Následujících 5 otázek se týká současné situace. Pokud tyto práce dělá doma někdo jiný, odpovídejte prosím jako kdybyste za ně byla zodpovědná Vy.

10 Jste schopna uklízet?	<input type="checkbox"/> bez problémů <input type="checkbox"/> s malými problémy <input type="checkbox"/> s mírnými problémy <input type="checkbox"/> s velkými problémy <input type="checkbox"/> nejsem
11 Jste schopna připravovat jídlo?	<input type="checkbox"/> bez problémů <input type="checkbox"/> s malými problémy <input type="checkbox"/> s mírnými problémy <input type="checkbox"/> s velkými problémy <input type="checkbox"/> nejsem

<p>12 Jste schopna mýt nádobí?</p>	<input type="checkbox"/> bez problémů <input type="checkbox"/> s malými problémy <input type="checkbox"/> s mírnými problémy <input type="checkbox"/> s velkými problémy <input type="checkbox"/> nejsem
<p>13 Jste schopna si každý den nakoupit?</p>	<input type="checkbox"/> bez problémů <input type="checkbox"/> s malými problémy <input type="checkbox"/> s mírnými problémy <input type="checkbox"/> s velkými problémy <input type="checkbox"/> nejsem
<p>14 Jste schopna zvednout asi 10 kilogramů těžký předmět (např. basu s 12 lahvemi mléka nebo jednoroční dítě) a nést ho alespoň 10 metrů?</p>	<input type="checkbox"/> bez problémů <input type="checkbox"/> s malými problémy <input type="checkbox"/> s mírnými problémy <input type="checkbox"/> s velkými problémy <input type="checkbox"/> nejsem

D Pohyblivost

Následujících osm otázek se také týká současné situace.

<p>15 Jste schopna vstát ze židle?</p>	<input type="checkbox"/> bez problémů <input type="checkbox"/> s malými problémy <input type="checkbox"/> s mírnými problémy <input type="checkbox"/> s velkými problémy <input type="checkbox"/> pouze s pomocí
<p>16 Jste schopna se ohnout?</p>	<input type="checkbox"/> snadno <input type="checkbox"/> vcelku snadno <input type="checkbox"/> mírně <input type="checkbox"/> velmi málo <input type="checkbox"/> není to možné
<p>17 Jste schopna si kleknout?</p>	<input type="checkbox"/> snadno <input type="checkbox"/> vcelku snadno <input type="checkbox"/> mírně <input type="checkbox"/> velmi málo <input type="checkbox"/> není to možné
<p>18 Jste schopna vyjít schody do dalšího patra?</p>	<input type="checkbox"/> bez problémů <input type="checkbox"/> s malými problémy <input type="checkbox"/> s mírnými problémy

	<input type="checkbox"/> s velkými problémy <input type="checkbox"/> není to možné
19 Jste schopna ujít 100 metrů?	<input type="checkbox"/> rychle bez přestávky <input type="checkbox"/> pomalu bez přestávky <input type="checkbox"/> pomalu, nejméně s jednou přestávkou <input type="checkbox"/> pouze s pomocí <input type="checkbox"/> není to možné
20 Kolikrát jste byla minulý týden venku?	<input type="checkbox"/> každý den <input type="checkbox"/> 5-6 dnů v týdnu <input type="checkbox"/> 3-4 dny v týdnu <input type="checkbox"/> 1-2 dny v týdnu <input type="checkbox"/> méně než jednou
21 Jste schopna cestovat hromadnou dopravou?	<input type="checkbox"/> bez problémů <input type="checkbox"/> s malými problémy <input type="checkbox"/> s mírnými problémy <input type="checkbox"/> s velkými problémy <input type="checkbox"/> pouze s pomocí
22 Změnila se Vám postava díky osteoporóze (např. snížení výšky, zvětšení obvodu v pase, změna tvaru Vašich zad)?	<input type="checkbox"/> vůbec ne <input type="checkbox"/> trochu <input type="checkbox"/> mírně <input type="checkbox"/> docela ano <input type="checkbox"/> značně

E Volný čas, společenské aktivity

23 Věnujete se svému sportu nyní?	<input type="checkbox"/> ano <input type="checkbox"/> ano, s omezeními <input type="checkbox"/> vůbec ne
24 Jste schopna pracovat na zahradě?	<input type="checkbox"/> ano <input type="checkbox"/> ano, s omezeními <input type="checkbox"/> vůbec ne <input type="checkbox"/> otázku nelze zodpovědět
25 Provozujete svého koníčka nyní?	<input type="checkbox"/> ano <input type="checkbox"/> ano, s omezeními <input type="checkbox"/> vůbec ne

<p>26 Jste schopna navštívit kino, divadlo, atd.?</p>	<input type="checkbox"/> ano <input type="checkbox"/> ano, s omezeními <input type="checkbox"/> vůbec ne <input type="checkbox"/> ani kdyby bylo kino nebo divadlo v rozumné vzdálenosti
<p>27 Jak často jste navštívila přátele nebo příbuzné během posledních 3 měsíců?</p>	<input type="checkbox"/> jednou či vícekrát týdně <input type="checkbox"/> jednou nebo dvakrát do měsíce <input type="checkbox"/> méně než jednou měsíčně <input type="checkbox"/> nikdy
<p>28 Jak často jste se zúčastnila společenských akcí (klubů, společenských shromáždění, akcí v kostele, charitativní činnosti atd.) během posledních 3 měsíců?</p>	<input type="checkbox"/> jednou či vícekrát týdně <input type="checkbox"/> jednou nebo dvakrát do měsíce <input type="checkbox"/> méně než jednou měsíčně <input type="checkbox"/> nikdy
<p>29 Ovlivňuje Vaše bolest zad či Vaše postižení Vaš intimní život (případně pohlavní aktivitu)?</p>	<input type="checkbox"/> vůbec ne <input type="checkbox"/> málo <input type="checkbox"/> mírně <input type="checkbox"/> výrazně <input type="checkbox"/> otázku nelze zodpovědět

F Vnímání celkového zdraví

<p>30 Řekla byste, vzhledem k Vašemu věku, že Vaš zdravotní stav je obecně:</p>	<input type="checkbox"/> výborný <input type="checkbox"/> dobrý <input type="checkbox"/> uspokojivý <input type="checkbox"/> nepříliš uspokojivý <input type="checkbox"/> chabý
<p>31 Jak byste označila Vaši celkovou kvalitu života za poslední týden?</p>	<input type="checkbox"/> výborný <input type="checkbox"/> dobrý <input type="checkbox"/> uspokojivý <input type="checkbox"/> nepříliš uspokojivý <input type="checkbox"/> špatná
<p>32 Jak byste označila Vaši celkovou kvalitu života ve srovnání se situací před 10 lety?</p>	<input type="checkbox"/> nyní mnohem lepší <input type="checkbox"/> nepatrně lepší <input type="checkbox"/> nezměněná <input type="checkbox"/> nyní nepatrně horší <input type="checkbox"/> mnohem horší

G Nálada

Následujících 9 otázek se týká situace během posledního týdne.

33 Býváte unavená?	<input type="checkbox"/> ráno <input type="checkbox"/> odpoledne <input type="checkbox"/> pouze večer <input type="checkbox"/> po namáhavé činnosti <input type="checkbox"/> téměř nikdy
34 Cítíte se sklíčená? (deprimovaná, skleslá)	<input type="checkbox"/> téměř každý den <input type="checkbox"/> tři až pět dnů v týdnu <input type="checkbox"/> jeden nebo dva dny v týdnu <input type="checkbox"/> jednou za čas <input type="checkbox"/> téměř nikdy
35 Cítíte se osamělá?	<input type="checkbox"/> téměř každý den <input type="checkbox"/> tři až pět dnů v týdnu <input type="checkbox"/> jeden nebo dva dny v týdnu <input type="checkbox"/> jednou za čas <input type="checkbox"/> téměř nikdy
36 Cítíte se plna energie?	<input type="checkbox"/> téměř každý den <input type="checkbox"/> tři až pět dnů v týdnu <input type="checkbox"/> jeden nebo dva dny v týdnu <input type="checkbox"/> jednou za čas <input type="checkbox"/> téměř nikdy
37 Vidíte svoji budoucnost optimisticky?	<input type="checkbox"/> nikdy <input type="checkbox"/> zřídka <input type="checkbox"/> někdy <input type="checkbox"/> docela často <input type="checkbox"/> stále
38 Rozčilujete se kvůli maličkostem?	<input type="checkbox"/> nikdy <input type="checkbox"/> zřídka <input type="checkbox"/> někdy <input type="checkbox"/> docela často <input type="checkbox"/> stále
39 Považujete kontakt s lidmi za snadný?	<input type="checkbox"/> nikdy <input type="checkbox"/> zřídka <input type="checkbox"/> někdy <input type="checkbox"/> docela často <input type="checkbox"/> stále

<p>40 Máte po většinu dne dobrou náladu?</p>	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> nikdy<input type="checkbox"/> zřídka<input type="checkbox"/> někdy<input type="checkbox"/> docela často<input type="checkbox"/> stále
<p>41 Obáváte se, že se stanete úplně závislou na dopomoci?</p>	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> nikdy<input type="checkbox"/> zřídka<input type="checkbox"/> někdy<input type="checkbox"/> docela často<input type="checkbox"/> stále