



پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پرسشنامه سلامت عمومی

می خواهیم در مورد کسالت و ناراحتی های پزشکی و اینکه سلامت عمومی شما طی یک ماه گذشته تا به امروز چگونه بوده است اطلاعاتی به دست آوریم. لطفاً در تمامی سوالات زیر پاسخی را که فکر می کنید با وضع شما بیشتر مطابقت دارد مشخص کنید. به خاطر داشته باشید که ما می خواهیم درباره ناراحتی های اخیر شما اطلاعاتی به دست آوریم، نه مشکلات و ناراحتی هایی که در گذشته داشته اید.

سعی کنید به تمام سوالات پاسخ دهید. از همکاری شما سپاسگذاریم.

۱- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز کاملاً احساس کرده اید که خوب و سالم هستید؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر از همیشه

۲- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که به داروهای تقویتی نیاز دارید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۳- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس ضعف و سستی کرده اید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۴- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که بیمار هستید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۵- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز سردرد داشته اید؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۶- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که سرتان را محکم با چیزی مثل دستمال بسته اند یا اینکه فشاری به سرتان وارد می شود ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۷- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که بعضی وقتها بدنتان داغ و یاسرد می شود ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۸- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز اتفاق افتاده است که بر اثر نگرانی دچار بی خوابی شده باشید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۹- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز شبها وسط خواب بیدار می شوید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۰- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که دائماً تحت فشار هستید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۱- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز عصبانی و بدخلق شده اید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۲- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز بدون هیچ دلیل قانع کننده ای هراسان و یا وحشت زده شده اید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۳- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز متوجه شده اید که انجام هر کاری از توانایی شما خارج است ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۴- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که در تمامی مدت عصبی هستید و دلشوره دارید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۵C- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز توانسته اید خودتان را مشغول و سرگرم نگهدارید ؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر از همیشه

۱۶- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز اتفاق افتاده است که وقت بیشتری را صرف انجام کارها نمائید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۱۷- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز به طور کلی احساس کرده اید که کارها را به خوبی انجام می دهید ؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر

۱۸- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز از نحوه انجام کارهایتان احساس رضایت می کنید ؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر
از همیشه

۱۹- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که نقش مفیدی در انجام کارها به عهده دارید ؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر
از همیشه

۲۰- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز توانایی تصمیم گیری در باره مسائل را داشته اید ؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر
از همیشه

۲۱- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز قادر بوده اید از فعالیتهای روزمره زندگی لذت ببرید ؟

الف: بیشتر از همیشه ب: مثل همیشه ج: کمتر از همیشه د: خیلی بدتر از همیشه

۲۲D- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز که شخص بی ارزشی هستید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۳- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که زندگی کاملاً نا امید کننده است ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۴- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که زندگی ارزش زنده بودن را ندارد ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۵- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز به این مساله فکر کرده اید که ممکن است دست به خودکشی بزنید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۶- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز احساس کرده اید که چون اعصابتان خراب است نمی توانید کاری انجام دهید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۷- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز به این نتیجه رسیده اید که ای کاش مرده بودید و کلاً از شر زندگی خلاص می شدید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

۲۸- آیا از یک ماه گذشته تا به امروز این فکر به ذهنتان رسیده است که بخواهید به زندگیتان خاتمه دهید ؟

الف: خیر ب: کمی ج: زیاد د: خیلی زیاد

پاسخنامه سلامت عمومی

الف	ب	ج	د
۱			
۲			
۳			
۴			
۵			
۶			
۷			
۸			
۹			
۱۰			
۱۱			
۱۲			
۱۳			
۱۴			
۱۵			
۱۶			
۱۷			
۱۸			
۱۹			
۲۰			
۲۱			
۲۲			
۲۳			
۲۴			
۲۵			
۲۶			
۲۷			
۲۸			