

مقياس نوعية الحياة Quality of Life Index

(متلازمة الإرهاق (الإعياء) المزمن III – Chronic Fatigue Syndrome)

الجزء الأول: يرجى وضع دائرة حول الإجابة الملائمة لكل مما يلي وفقا لما تراه مناسباً لوصف مدى رضاك عن نواحي مختلفة من حياتك. الرجاء وضع دائرة حول الرقم الذي يمثل رأيك علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة.

كم أنت راض عن:	غير راض جداً	غير راض بشكل متوسط	راض قليلاً	راض بشكل متوسط	راض جداً	
1. صحتك؟	1	2	3	4	5	6
2. الرعاية الصحية التي تتلقاها؟	1	2	3	4	5	6
3. مقدار الألم في حياتك؟	1	2	3	4	5	6
4. مدى طاقتك على القيام بالنشاطات اليومية؟	1	2	3	4	5	6
5. قدرتك على رعاية نفسك بنفسك؟	1	2	3	4	5	6
6. قدرتك على الذهاب إلى أماكن خارج منزلك؟	1	2	3	4	5	6
7. مدى سيطرتك على حياتك؟	1	2	3	4	5	6
8. فرصك لعيش الفترة الزمنية التي تتمناها؟	1	2	3	4	5	6
9. صحة عائلتك؟	1	2	3	4	5	6
10. أطفالك؟	1	2	3	4	5	6
11. قدرتك على إنجاب الأطفال؟	1	2	3	4	5	6
12. سعادة عائلتك؟	1	2	3	4	5	6
13. حياتك الجنسية؟	1	2	3	4	5	6
14. زوجك أو شريك حياتك؟	1	2	3	4	5	6
15. عدم وجود زوج أو شريك لديك (إذا لم يكن شريك)؟	1	2	3	4	5	6
16. أصدقائك؟	1	2	3	4	5	6

كم أنت راض عن:

راض جدا	راض بشكل متوسط	راض قليلا	غير راض قليلا	غير راض بشكل متوسط	غير راض جدا	
6	5	4	3	2	1	17. الدعم المعنوي الذي تتلقاه من عائلتك؟
6	5	4	3	2	1	18. الدعم المعنوي الذي تتلقاه من الآخرين خارج عائلتك؟
6	5	4	3	2	1	19. قدرتك على القيام بالواجبات العائلية؟
6	5	4	3	2	1	20. مدى فائدتك للآخرين؟
6	5	4	3	2	1	21. مقدار الضغط النفسي أو القلق الذي تعانيه في حياتك؟
6	5	4	3	2	1	22. جيرانك؟
6	5	4	3	2	1	23. بيتك أو منزلك أو مسكنك؟
6	5	4	3	2	1	24. عملك (إذا كنت تعمل)؟
6	5	4	3	2	1	25. عدم حصولك على عمل (إذا كنت لا تعمل، أو متقاعد، أو غير قادر على العمل)؟
6	5	4	3	2	1	26. تحصيلك العلمي؟
6	5	4	3	2	1	27. قدرتك على تدبير امورك المالية؟
6	5	4	3	2	1	28. الأنشطة التي تسلي بها نفسك؟
6	5	4	3	2	1	29. فرصك لتحقيق مستقبل سعيد؟
6	5	4	3	2	1	30. راحة بالك أو استقرارك النفسي؟
6	5	4	3	2	1	31. إيمانك بالله عز وجل؟
6	5	4	3	2	1	32. تحقيقك للأهداف الشخصية؟
6	5	4	3	2	1	33. سعادتك بشكل عام؟
6	5	4	3	2	1	34. حياتك بشكل عام؟
6	5	4	3	2	1	35. مظهرك الشخصي؟
6	5	4	3	2	1	36. نفسك بشكل عام؟

(يرجى الذهاب إلى الصفحة التالية)

الجزء الثاني: يرجى وضع دائرة حول الإجابة الملائمة لكل مما يلي وفقا لما تراه مناسباً لوصف مدى أهمية كل من النواحي التالية من حياتك. الرجاء وضع دائرة حول الرقم الذي يمثل رأيك علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة.

كم هو مهم بالنسبة لك:	أبداً مهم	بشكلاً متوسط	قليل	بشكلاً متوسط	أبداً مهم	
1. صحتك؟	1	2	3	4	5	6
2. الرعاية الصحية التي تتلقاها؟	1	2	3	4	5	6
3. مقدار الألم في حياتك؟	1	2	3	4	5	6
4. مدى طاقتك على القيام بالأنشطة اليومية؟	1	2	3	4	5	6
5. قدرتك على رعاية نفسك بنفسك؟	1	2	3	4	5	6
6. القدرة على الذهاب إلى أماكن خارج منزلك؟	1	2	3	4	5	6
7. مدى سيطرتك على حياتك؟	1	2	3	4	5	6
8. فرصك لعيش الفترة الزمنية التي تتمناها؟	1	2	3	4	5	6
9. صحة عائلتك؟	1	2	3	4	5	6
10. أطفالك؟	1	2	3	4	5	6
11. القدرة على إنجاب الأطفال؟	1	2	3	4	5	6
12. سعادة عائلتك؟	1	2	3	4	5	6
13. حياتك الجنسية؟	1	2	3	4	5	6
14. زوجك أو شريك حياتك؟	1	2	3	4	5	6
15. وجود زوج أو شريك لديك (إذا لم يكن شريك)؟	1	2	3	4	5	6
16. أصدقاؤك؟	1	2	3	4	5	6

(يرجى الذهاب إلى الصفحة التالية)

