

Όνομα..... Ημερομηνία.....

## Πολυδιάστατο Ερωτηματολόγιο του Bristol για την Κόπωση της Ρευματοειδούς Αρθρίτιδας (BRAf-MDQ)

Θα θέλαμε να ξέρουμε με ποιο τρόπο σας έχει επηρεάσει η κόπωση τις τελευταίες 7 ημέρες. Παρακαλούμε να απαντήσετε σε όλες τις ερωτήσεις. Μην το πολυσκέφτεστε, απλά δώστε την πρώτη σας αντίδραση - δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις!

1. Παρακαλούμε να κυκλώσετε τον αριθμό που δείχνει το μέσο επίπεδο κόπωσής σας τις τελευταίες 7 ημέρες.

Καθόλου κόπωση 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Πλήρης εξάντληση

\*\*\*\*\*

Για καθεμία από τις παρακάτω ερωτήσεις, παρακαλούμε επιλέξτε μία απάντηση που σας ταιριάζει καλύτερα.

- 2 Πόσες ημέρες αισθανθήκατε κόπωση κατά τη διάρκεια της προηγούμενης εβδομάδας (7 ημέρες);

0	<input type="checkbox"/>	4	<input type="checkbox"/>
1	<input type="checkbox"/>	5	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	6	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	Κάθε μέρα	<input type="checkbox"/>

- 3 Πόσο χρόνο διήρκησε, κατά μέσο όρο, κάθε επεισόδιο κόπωσης τις τελευταίες 7 ημέρες;

Λιγότερο από μία ώρα	<input type="checkbox"/>
Αρκετές ώρες	<input type="checkbox"/>
Όλη μέρα	<input type="checkbox"/>

Παρακαλούμε γυρίστε σελίδα .....

BRAF-MDQ  
V1 27.08.10

Τις τελευταίες 7 ημέρες.....		Καθόλου	Λίγο	Αρκετά	Πάρα πολύ
4	Σας έλειπε <i>σωματική</i> ενέργεια εξαιτίας της κόπωσης;	-----	-----	-----	-----
5	Δυσκολευτήκατε λόγω της κόπωσης να κάνετε μπάνιο ή ντους;	-----	-----	-----	-----
6	Δυσκολευτήκατε λόγω της κόπωσης να ντυθείτε;	-----	-----	-----	-----
7	Δυσκολευτήκατε λόγω της κόπωσης να κάνετε τη δουλειά σας ή άλλες καθημερινές δραστηριότητες;	-----	-----	-----	-----
8	Αποφύγατε να κάνετε σχέδια εξαιτίας της κόπωσης; Π.χ. σχέδια για να βγείτε ή να κάνετε διάφορες εργασίες στο σπίτι ή στον κήπο	-----	-----	-----	-----
9	Επηρέασε η κόπωση την κοινωνική σας ζωή;	-----	-----	-----	-----
10	Ακυρώσατε κάποια σχέδιά σας εξαιτίας της κόπωσης; Π.χ. σχέδια για να βγείτε ή να κάνετε διάφορες εργασίες στο σπίτι ή στον κήπο	-----	-----	-----	-----
11	Αρνηθήκατε κάποιες προσκλήσεις εξαιτίας της κόπωσης; Π.χ., να συναντηθείτε με ένα φίλο	-----	-----	-----	-----
12	Σας έλειπε <i>πνευματική</i> ενέργεια εξαιτίας της κόπωσης;	-----	-----	-----	-----
13	Έχετε ξεχάσει πράγματα εξαιτίας της κόπωσης;	-----	-----	-----	-----
14	Δυσκολευτήκατε λόγω της κόπωσης να σκεφτείτε καθαρά;	-----	-----	-----	-----
15	Δυσκολευτήκατε λόγω της κόπωσης να συγκεντρωθείτε;	-----	-----	-----	-----
16	Έχετε κάνει λάθη λόγω της κόπωσης;	-----	-----	-----	-----
17	Νιώσατε ότι έχετε λιγότερο έλεγχο σε κάποιους τομείς της ζωής σας εξαιτίας της κόπωσης;	-----	-----	-----	-----
18	Έχετε νοιώσει αμηχανία εξαιτίας της κόπωσης;	-----	-----	-----	-----
19	Σας έχει αναστατώσει το γεγονός πως αισθάνεστε κόπωση;	-----	-----	-----	-----
20	Έχετε αισθανθεί κατήφεια ή κατάθλιψη εξαιτίας της κόπωσης;	-----	-----	-----	-----

BRAF-MDQ  
V1 27.08.10