



Опросник по здоровью
(Russian version for Russia)

SAMPLE

Отметьте галочкой один квадратик в каждом из разделов, приведенных ниже. Укажите такие ответы, которые наилучшим образом отражают состояние Вашего здоровья на сегодняшний день.

Подвижность

- Я не испытываю никаких трудностей при ходьбе ☐
- Я испытываю некоторые трудности при ходьбе ☐
- Я прикован (-а) к постели ☐

Уход за собой

- Я не испытываю никаких трудностей при уходе за собой ☐
- Я испытываю некоторые трудности с мытьем или одеванием ☐
- Я не в состоянии сам (-а) мыться или одеваться ☐

Привычная повседневная деятельность (например: работа, учеба, работа по дому, участие в делах семьи, досуг)

- Моя привычная повседневная деятельность дается мне без труда ☐
- Моя привычная повседневная деятельность для меня несколько затруднительна ☐
- Я не в состоянии заниматься своей привычной повседневной деятельностью ☐

Боль/Дискомфорт

- Я не испытываю боли или дискомфорта ☐
- Я испытываю умеренную боль или дискомфорт ☐
- Я испытываю сильную боль или дискомфорт ☐

Тревога/Депрессия

- Я не испытываю тревоги или депрессии ☐
- Я испытываю умеренную тревогу или депрессию ☐
- Я испытываю сильную тревогу или депрессию ☐

Для того, чтобы помочь опрашиваемым высказать свое мнение о том, насколько плохо или хорошо их состояние здоровья, мы изобразили шкалу, похожую на термометр, на которой наилучшее состояние здоровья, которое Вы можете себе представить, обозначено цифрой 100, а наихудшее состояние, которое Вы можете себе представить, обозначено цифрой 0.

Мы бы хотели, чтобы на этой шкале Вы указали, насколько хорошим или плохим по Вашему мнению является состояние Вашего здоровья на сегодняшний день. Для этого Вы должны провести линию от квадрата внизу до той точки на шкале, которая соответствует состоянию Вашего здоровья на сегодняшний день.

**Состояние
Вашего
здоровья на
сегодняшний
день**

Наилучшее
состояние здоровья,
которое
можно себе
представить

100

90

80

70

60

50

40

30

20

10

0

Наихудшее
состояние здоровья,
которое можно
себе
представить