**استبيان جودة الحياة: 12-SF**

 ما قبل العلاج  ما بعد العلاج

اللقب:

الاسم:

التاريخ:

"الاستبيان القصير لدراسة النتائج الطبية 12" )12-MOS SF( أو الاستبيان القصير 12 )12-SF( هو مقياس ذاتي لتصنيف جودة الحياة وهو نسخة مختصرة من 36-SF. الأسئلة التالية تتعلق بصحتك ،كما تشعر بها. إذا لم تكن متأكدا حول إجابة سؤال ما، فاختر الإجابة الأقرب إلى حالتك.

1. بصفة عامة، هل تعتقد أن حالتك الصحية:

 1 ممتازة  2 جيدة جدا  3 جيدة  4 ضعيفة  5 سيئة

1. نظرا لحالتك الصحية الحالية، هل أنت محدود عندما:

* تقوم بجهد بدني معتدل )تحريك طاولة، كنس بالمكنسة الكهربائية، لعب البولينج...(؟

 1 نعم، محدودا كثيرا 2  نعم، محدودا قليلا  3 لا، غير محدود على الإطلاق

* تصعد عدة طوابق من الدرج؟

 1 نعم، محدودا كثيرا 2  نعم، محدودا قليلا  3 لا، غير محدود على الإطلاق

3. خلال الأربع أسابيع الماضية، وبسبب حالتك البدنية:

* هل أنجزت أقل مما كنت تتمنى؟

 1 كل الوقت  2 معظم الوقت  3 كثيرا من الوقت  4 أحيانا  5 أبدا

* هل أنت محدود للقيام بأشياء معينة؟

 1 كل الوقت  2 معظم الوقت  3 كثيرا من الوقت  4 أحيانا  5 أبدا

4. خلال الأربع أسابيع الماضية، وبسبب حالتك النفسية )مثل الشعور بالحزن أو التوتر أو الاكتئاب:(

* هل أنجزت أقل مما كنت تتمنى؟

 1 كل الوقت  2 معظم الوقت  3 كثيرا من الوقت  4 أحيانا  5 أبدا

* هل واجهت صعوبة في القيام بما كان عليك القيام به بأكبر قدر من العناية والاهتمام كالمعتاد؟

 1 كل الوقت  2 معظم الوقت  3 كثيرا من الوقت  4 أحيانا  5 أبدا

1. خلال الأربع أسابيع الماضية، إلى أي مدى حدك الألم الجسدي في عملك أو أنشطتك المنزلية؟

 1 بتاتا  2 قليلا  3 بصفة متوسطة  4 كثيرا  5 بشدة

1. الأسئلة التالية تتعلق بما شعرت به خلال الأربعة أسابيع الأخيرة. لكل سؤال ،أعط الإجابة التي تعتقد أنها الأنسب.

* هل كانت هناك أوقات شعرت فيها بالهدوء والاسترخاء؟

 1 كل الوقت  2 معظم الوقت  3 كثيرا من الوقت  4 أحيانا  5 أبدا

* هل كانت هناك أوقات شعرت فيها أن لديك الكثير من الطاقة؟

 1 كل الوقت  2 معظم الوقت  3 كثيرا من الوقت  4 أحيانا  5 أبدا

* هل كانت هناك أوقات شعرت فيها بالحزن والاحباط؟

 1 كل الوقت  2 معظم الوقت  3 كثيرا من الوقت  4 أحيانا  5 أبدا

7. خلال الأربع أسابيع الماضية، هل كانت هناك أوقات أعاقت فيها صحتك البدنية أو النفسية حياتك الاجتماعية وعلاقاتك مع الغير والعائلة والأصدقاء والمعارف؟

 1 كل الوقت  2 معظم الوقت  3 كثيرا من الوقت  4 أحيانا  5 أبدا