**CHESTIONAR ASUPRA CALITĂȚII VIEȚII : SF-12**

 Inainte de tratament  După tratament

NUME :

Prenume :

DATĂ :

« Medical Outcome Study Short Form 12 » (MOS SF-12) sau «Short Form 12 » (SF-12) este o scală de evaluare a calității vieții, care constituie o versiune redusă a scalei SF-36. Întrebările care urmează se referă la impresille pe care le aveți în legătură cu sănătatea d-voastră. Dacă nu știți exact ce să răspundeți, alegeți răspunsul cel mai apropiat de situația în care vă aflați.

1. In general, considerați că sănătatea d-voastră este :

 1 Excelentă  2 Foarte bună  3 Bună  4 Mediocră  5 Proastă

1. Din cauza stării d-voastră de sănătate actuale, aveți capacități limitate pentru :

eforturi fizice moderate (deplasarea unei mese, aspiratul în casă, jocul cu bile) ?

 1 Da, foarte limitate  2 Da, puțin limitate  3 Nu, deloc limitate

urcarea mai multor etaje pe scări ?

 1 Da, foarte limitate  2 Da, puțin limitate  3 Nu, deloc limitate

1. În cursul acestor 4 săptămâni, din cauza stării d-voastră fizice :

ați realizat mai puține lucruri decât ați fi dorit ?

 1 Întotdeauna  2 În cea mai mare parte a timpului  3 Deseori  4 Câteodată  5 Niciodată

ați avut capacități limitate pentru a face unele lucruri ?

 1 Întotdeauna  2 În cea mai mare parte a timpului  3 Deseori  4 Câteodată  5 Niciodată

1. În cursul ultimelor 4 săptămâni, din cauza stării d-voastră emoționale, (ca de exemplu atunci când vă simțiți trist, nervos sau deprimat) :

ați realizat mai puține lucruri decât ați fi dorit ?

 1 Întotdeauna  2 În cea mai mare parte a timpului  3 Deseori  4 Câteodată  5 Niciodată

v-a fost greu să faceți ceea ce aveați de făcut cu tot atâta grijă și atenție ca de obicei ?

 1 Întotdeauna  2 În cea mai mare parte a timpului  3 Deseori  4 Câteodată  5 Niciodată

1. În cursul ultimelor 4 săptămâni, în ce măsură durerile fizice pe care le aveți v-au frânat în munca d-voastră sau în activitățile casnice ?

 1 Deloc  2 Puțin  3 Mediu  4 Mult  5 Enorm

1. Următoarele întrebări se referă la modul în care v-ați simțit în cursul ultimelor 4 săptămâni. Pentru fiecare întrebare, indicați răspunsul care vi se pare cel mai potrivit.

au existat momente în care v-ați simțit calm și destins ?

 1 Întotdeauna  2 În cea mai mare parte a timpului  3 Deseori  4 Câteodată  5 Niciodată

 au existat momente în care v-ați simțit plin de energie ?

 1 Întotdeauna  2 În cea mai mare parte a timpului  3 Deseori  4 Câteodată  5 Niciodată

 au existat momente în care v-ați simțit trist și abătut ?

 1 Întotdeauna  2 În cea mai mare parte a timpului  3 Deseori  4 Câteodată  5 Niciodată

1. În cursul ultimelor 4 săptămâni, au existat momente în care starea d-voastră de sănătate fizică sau emoțională v-a deranjat în ceea ce privește viața socială și relațiiile d-voastră cu ceilalți, cu familia, prietenii, cunoștințele d-voastră ?

 1 Întotdeauna  2 În cea mai mare parte a timpului  3 Deseori  4 Câteodată  5 Niciodată