

Din Hälsa – *och* – **Ditt Välbefinnande**

**Livskvalitetsinstrument vid fetma och viktminskning
(OWLQOL)**

Den här undersökningen handlar om dina tankar kring din
hälsa och din vikt.



Tack för att du vill ställa upp och svara på frågorna!

Copyright © University of Washington, 2004. All rights reserved.
(OWL-QOL-17 (Swedish) Sweden Version 2.0)

Intstruktioner till undersökningsdeltagare för att fylla i frågeformulären om livskvalitet

- 1) Dessa frågeformulär är en viktig del av din totala hälsoundersökning. Frågorna är utformade för att samla information om hur du upplever att din hälsa har påverkat din livskvalitet.
- 2) Fyll i frågeformuläret med en kulspetspenna. Tryck ordentligt och texta tydligt när du skriver för att kopiorna ska bli tydliga och läsbara.
- 3) Ta god tid på dig att läsa och svara på varje fråga noggrant. Vissa frågor kan likna varandra, men alla frågor är olika.
- 4) Var god svara på varje fråga genom att markera ett ☐ i den ruta som bäst beskriver ditt svar. Du kan ändra ett svar genom att dra ett streck (☒) genom det val du vill ändra och markera ett ☐ i rutan som motsvarar det nya valet.
- 5) Det finns inga svar som är rätt eller fel. Om du är osäker på hur du ska besvara en fråga, var god svara så gott du kan.
- 6) Dina svar är konfidentiella. Undersökningsledaren kommer endast att granska huruvida svaren är fullständiga och inte dela svaren med annan vårdpersonal.

Dina Känslor vad gäller Din Vikt

Nedan listas påståenden om livskvalitet i relation till att vara överviktig och försöka gå ned i vikt.

För varje påstående markera med ett ☒ i rutan som bäst beskriver ditt svar för närvarande.

	INTE ALLS	KNAPPT NÅGOT	NÅGOT	MÅTT- LIGT	EN HEL DEL	EN STOR DEL	EN MYCKET STOR DEL
1. På grund av min vikt försöker jag klä mig så att mina former döljs (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
2. Jag känner mig störd av att ha mindre energi på grund av min vikt (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
3. Jag får skuldkänslor när jag äter på grund av min vikt (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
4. Det stör mig vad folk säger om min vikt (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
5. På grund av min vikt försöker jag undvika att bli fotograferad (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
6. På grund av min vikt måste jag vara extra noga med min personliga hygien (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
7. Min vikt hindrar mig från att göra det jag vill (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
8. Jag oroar mig över den fysiska stress som min vikt utsätter min kropp för (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6

(*Var god vänd*)

(fortsättning)...

	INTE ALLS	KNAPPT NÅGOT	NÅGOT	MÅTT- LIGT	EN HEL DEL	EN STOR DEL	EN MYCKET STOR DEL
9. Jag tycker det är jobbigt att jag inte kan äta det andra äter på grund av min vikt (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
10. Jag känner mig deprimerad på grund av min vikt (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
11. Jag känner mig ful på grund av min vikt (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
12. Jag oroar mig över framtiden på grund av min vikt (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
13. Jag avundas folk som är smala (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
14. Jag känner att folk stirrar på mig på grund av min vikt (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
15. Jag har svårt att acceptera min kropp på grund av min vikt (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
16. Jag är orolig att jag på nytt kommer gå upp den vikt jag har gått ner (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
17. Jag tappar modet när jag försöker gå ner i vikt (<i>Var god markera ett alternativ</i>)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6

Var snäll och se över de frågor Du nu besvarat för att säkra att Du inte missat något.

Tack för att du vill ställa upp och svara på frågorna!