

# **Ваше здоров'я** *— та —* **благополуччя**

**Анкета для визначення якості життя у зв'язку з  
ожирінням та худінням  
(OWLQOL)**

В анкеті з'ясовуються Ваші погляди щодо Вашого здоров'я та ваги.



***Дякуємо за відповіді на ці питання!***

---

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

## **Інструкції щодо заповнення анкети по визначенню якості життя учасників дослідження**

---

---

- 1) Ця анкета є важливою частиною Вашої загальної медичної оцінки. Питання розроблені для збору інформації про те, як Ваше здоров'я впливає на якість життя з Вашої власної точки зору.
- 2) Заповнюйте анкету кульковою ручкою. Пишіть акуратно з сильним натиском, щоби Ваші відповіді були чіткими й розбірливими.
- 3) Читайте питання і відповідайте на них уважно, не поспішаючи. Деякі питання можуть здаватися однаковими, проте всі вони різні.
- 4) Відповідайте на кожне питання, ставлячи ☒ у клітинці, що найкраще підходить до Вашої відповіді. Ви можете змінити відповідь, закресливши (~~☒~~) відповіді, яку Ви бажаєте змінити, та поставивши ☒ у клітинці, що відповідає новому варіанту.
- 5) Немає правильних чи неправильних відповідей. Якщо Ви не впевнені, як відповісти на питання, дайте, будь-ласка, відповідь, яку вважаєте найкращою.
- 6) Ваші відповіді конфіденційні. Координатор дослідження буде перевіряти анкети тільки щодо повноти заповнення та не буде розповсюджувати Ваші відповіді серед інших медичних працівників.

## Ваші почуття відносно Вашої ваги.

Нижче наведено перелік тверджень щодо якості Вашого життя у відношенні до наявності зайвої ваги та спроб схуднути.

Для кожного з наступних положень, будь ласка, поставте ☒ в одній клітинці, що найкращим чином підходить Вашій відповіді на даний момент.

	ЗОВСІМ НІ	ЛЕДВЕ	ДЕЩО	ПОМІРНО	У ПЕВНІЙ МІРІ	У ЗНАЧНІЙ МІРІ	У ДУЖЕ ЗНАЧНІЙ МІРІ
1. Через свою вагу я намагаюся носити одяг, який приховує фігуру (Відмітьте щось одне)	<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. Мені прикро, що я менш енергійний через мою вагу (Відмітьте щось одне)	<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. Через свою вагу я відчуваю провину, коли їм (Відмітьте щось одне)	<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. Мене турбує, що інші кажуть про мою вагу (Відмітьте щось одне)	<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. Через свою вагу я намагаюсь уникати фотографування (Відмітьте щось одне)	<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. Через свою вагу я маю приділяти пильну увагу особистій гігієні (Відмітьте щось одне)	<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. Моя вага не дозволяє мені робити те, що я хочу (Відмітьте щось одне)	<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. Мене турбує фізичне навантаження, яке тіло відчуває через мою вагу (Відмітьте щось одне)	<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

(Перегорніть сторінку)

**(продовження)**

	ЗОВСІМ НІ	ЛЕДВЕ	ДЕЩО	ПОМІРНО	У ПЕВНІЙ МІРІ	У ЗНАЧНІЙ МІРІ	У ДУЖЕ ЗНАЧНІЙ МІРІ
9. Через мою вагу мені прикро, що я не можу їсти те саме, що інші <i>(Відмітьте щось одне)</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. Через свою вагу я відчуваю депресію <i>(Відмітьте щось одне)</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. Через свою вагу я стурбований своїм майбутнім <i>(Відмітьте щось одне)</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. Через вагу я стурбований своїм майбутнім <i>(Відмітьте щось одне)</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. Я заздрю худим людям <i>(Відмітьте щось одне)</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. Через свою вагу я відчуваю, що люди зазирають на мене <i>(Відмітьте щось одне)</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. Через свою вагу я важко сприймаю власне тіло <i>(Відмітьте щось одне)</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. Я побоююсь, що знову наберу вагу, яку скидаю <i>(Відмітьте щось одне)</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. Я втрачаю рішучість, коли намагаюсь скинути вагу <i>(Відмітьте щось одне)</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

***Будь ласка, перегляньте питання, на які Ви відповіли, щоб переконатися, що Ви не пропустили жодного пункту.***

***Дякуємо за відповіді на ці питання!***