

# Dit helbred – og – velvære

## Spørgeskema om livskvalitet ved fedme og vægttab (OWLQOL)

I denne undersøgelse spørges om din mening om dit helbred og  
din vægt.



*Tak fordi du svarer på spørgsmålene!*

---

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

## **Deltagervejledning til udfyldning af spørgeskemaerne om livskvalitet**

---

- 1) Disse spørgeskemaer er en væsentlig del af den generelle lægelige vurdering. Spørgsmålene har til hensigt at indsamle oplysninger om, hvordan dit helbred efter din egen mening har påvirket din livskvalitet.
- 2) Udfyld spørgeskemaet med kuglepen. Tryk hårdt ned og skriv tydeligt (trykte bogstaver) for at sikre, at alle kopierne bliver tydelige og læselige.
- 3) Tag dig tid til at læse og besvare hvert enkelt spørgsmål omhyggeligt. Nogle spørgsmål synes at ligne andre, men de er alle forskellige fra hinanden.
- 4) Besvar venligst hvert spørgsmål ved at sætte et kryds ☐ i boksen ved det svar, der er tættest på det du mener. Du kan lave om på dit svar ved at gennemstreges det uønskede svar ( ☒ ) og i stedet for sætte et nyt kryds i boksen ved det ønskede svar.
- 5) Der findes ingen rigtige eller forkerte svar. Hvis du er i tvivl om, hvordan du skal besvare spørgsmålet, så gør det bare så godt du kan.
- 6) Dine svar er fortrolige. Projektkoordinatoren vil kontrollere, om alt er udfyldt, men videregiver ikke dine svar til andre kliniske medarbejdere.

## Hvordan du har det med din vægt

Nedenfor er en række udsagn om din livskvalitet i forhold til det at være overvægtig og at forsøge at tabe sig.

For hvert udsagn bedes du venligst sætte et ☒ i den rubrik, der bedst beskriver dit svar lige nu.

	SLET IKKE	NÆSTEN IKKE	I NOGEN GRAD	I MODERAT GRAD	I RET HØJ GRAD	I HØJ GRAD	I MEGET HØJ GRAD
1. Pga min vægt prøver jeg at gå med tøj, der skjuler min figur (Sæt venligst kryds i én af boksene)	<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. Jeg er frustreret over at have mindre energi pga min vægt (Sæt venligst kryds i én af boksene)	<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. Pga min vægt får jeg dårlig samvittighed når jeg spiser (Sæt venligst kryds i én af boksene)	<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 generer mig, hvad andre måtte sige om min vægt (Sæt venligst kryds i én af boksene)	<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. Pga min vægt prøver jeg at undgå at blive fotograferet (Sæt venligst kryds i én af boksene)	<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. Pga min vægt må jeg være meget omhyggelig med min personlige hygiejne (Sæt venligst kryds i én af boksene)	<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 vægt forhindrer mig i at gøre hvad jeg har lyst til (Sæt venligst kryds i én af boksene)	<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. Jeg er bekymret over den fysiske belastning, som min vægt påfører min krop (Sæt venligst kryds i én af boksene)	<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

(Vend)

(fortsat)...

	SLET IKKE	NÆSTEN IKKE	I NOGEN GRAD	I MODERAT GRAD	I RET HØJ GRAD	I HØJ GRAD	I MEGET HØJ GRAD
9. Jeg føler mig frustreret over, ikke at kunne spise det samme som andre pga min vægt ( <i>Sæt venligst kryds i én af boksene</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. Jeg føler mig deprimeret pga min vægt ( <i>Sæt venligst kryds i én af boksene</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. Jeg føler mig grim pga min vægt ( <i>Sæt venligst kryds i én af boksene</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. Jeg er bekymret over fremtiden pga min vægt ( <i>Sæt venligst kryds i én af boksene</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. Jeg misunder folk som er tynde ( <i>Sæt venligst kryds i én af boksene</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. Jeg føler, at folk stirrer på mig pga min vægt ( <i>Sæt venligst kryds i én af boksene</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. Jeg har svært ved at acceptere min krop pga min vægt ( <i>Sæt venligst kryds i én af boksene</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. Jeg er bange for at tage det på igen, som jeg taber mig i vægt ( <i>Sæt venligst kryds i én af boksene</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. Jeg mister modet, når jeg prøver at tabe mig ( <i>Sæt venligst kryds i én af boksene</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

*Gå venligst tilbage til de spørgsmål, du netop har besvaret, for at være sikker på, at der ikke er noget du har overset.*

***Tak fordi du svarer på spørgsmålene!***