

בריאותך ואיכות חייך

שאלון איכות חיים הקשורה בהשמנה ובירידה במשקל
(OWLQOL)

שאלון זה שואל על דעותיך לגבי בריאותך ומשקלך.



תודה על השלמת שאלות אלו !

הוראות למילוי שאלון איכות החיים על ידי המשתתפים במחקר

- (1) שאלון זה הינו חלק חשוב מההערכה הרפואית הכללית שלך. השאלות מיועדות לאסוף מידע לגבי האופן בו בריאותך השפיעה על איכות החיים שלך, מנקודת המבט שלך.
- (2) מלא את השאלון בעט כדורי. לחץ על העט בחוזקה וכתוב בצורה מסודרת על מנת להבטיח שתשובותיך ברורות וקריאות.
- (3) אנא הקדש זמן לקרוא ולענות על כל שאלה בעיון. יתכן שחלק מהשאלות ייראו דומות לשאלות אחרות, אך כל שאלה היא שונה.
- (4) אנא ענה על כל שאלה על ידי סימון ☒ בריבוע המתאר את תשובתך באופן הטוב ביותר. תוכל לשנות את תשובתך על ידי סימון קו ☒ על הבחירה שברצונך לשנות, וסימון ☒ בריבוע שמתאים לבחירתך החדשה.
- (5) אין תשובות נכונות או שגויות. אם אינך בטוח לגבי התשובה, ענה את התשובה הטובה ביותר שאתה יכול.
- (6) תשובותיך הן חסויות. מתאם המחקר יבדוק רק את שלמות השאלון, ולא יחלוק את תשובותיך עם סגל רפואי אחר.

רגשותיך לגבי משקלך

להלן רשימת הצהרות לגבי איכות חיך, בנוגע להיותך בעל משקל עודף וליניסיונותיך לרדת במשקל.

לגבי כל אחת מההצהרות הבאות, אנא סמן ☒ בריבוע המתאר את תשובתך באופן הטוב ביותר כיום.

כלל לא	בקושי	במידה מסוימת	במידה בינונית	במידה ניכרת	במידה רבה	במידה רבה מאד	
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 <input type="checkbox"/>	1. בגלל המשקל שלי, אני מנסה ללבוש בגדים שיסתירו את גזרתי (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	2. אני מרגיש מתוסכל מכך שיש לי פחות אנרגיה בגלל המשקל שלי (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	3. בגלל המשקל שלי, אני מרגיש אשם כשאני אוכל (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	4. אני מוטרד ממה שאנשים אחרים אומרים על המשקל שלי (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	5. בגלל המשקל שלי, אני מנסה להימנע מלהצטלם (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	6. בגלל המשקל שלי, עלי להקדיש תשומת לב רבה להיגיינה אישית (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	7. המשקל שלי מונע ממני לעשות את מה שאני רוצה לעשות (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	8. אני מודאג מהלחץ הפיזי שהמשקל שלי מפעיל על גופי (בחר תשובה אחת)

(אנא הפוך את הדף)

(המשך)...

כלל לא	בקושי	במידה מסוימת	במידה בינונית	במידה ניכרת	במידה רבה	במידה רבה מאד	
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 <input type="checkbox"/>	9. בגלל המשקל שלי, אני מרגיש מתוסכל מכך שאני לא יכול לאכול מה שאחרים אוכלים (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	10. אני מרגיש מדוכא בגלל המשקל שלי (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	11. אני מרגיש שהמשקל שלי פוגע במראה החיצוני שלי (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	12. אני מודאג לגבי העתיד בגלל המשקל שלי (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	13. אני מקנא באנשים רזים (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	14. אני מרגיש שאנשים נועצים בי מבטים בגלל המשקל שלי (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	15. קשה לי לקבל את הגוף שלי בגלל המשקל שלי (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	16. אני מפחד שאני אעלה מחדש כל משקל שאני אפחית (בחר תשובה אחת)
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 <input type="checkbox"/>	17. אני נעשה מיואש כשאני מנסה לרדת במשקל (בחר תשובה אחת)

אנא חזור לשאלות שעליהן ענית זה עתה, כדי לוודא שלא דילגת על אף אחת.

תודה על השלמת שאלות אלו !