

Din helse – og – velvære

Spørreskjema om livskvalitet ved overvekt og vektreduksjon (OWLQOL)

Dette spørreskjemaet stiller spørsmål omkring din oppfatning
av din egen helse og vekt.



Takk for at du besvarer disse spørsmålene!

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

Instruksjoner for utfylling av livskvalitets-spørreskjemaet for studiens deltakere

- 1) Dette spørreskjemaet er en viktig del av den samlede medisinske vurderingen som blir foretatt av deg. Spørsmålene er laget slik at man får samlet informasjon om hvordan du oppfatter at din helse påvirker din livskvalitet.
- 2) Fyll ut skjemaet med kulepenn. Press hardt og skriv tydelig når du fyller ut skjemaet for å sikre at svarene dine blir lette å lese.
- 3) Vennligst bruk tid på å lese og besvare hvert spørsmål nøye. Noen spørsmål kan ligne på andre, men alle er forskjellige.
- 4) Vennligst besvar hvert spørsmål ved å sette et ☒ i den rubrikken som best beskriver ditt svar. Du kan endre et svar ved å sette en strek (☒) tvers over alternativet som du ønsker å endre og sette et ☒ i den rubrikken som passer med ditt nye valg.
- 5) Det er ingen riktige eller gale svar. Hvis du er usikker på hvordan du skal besvare et spørsmål, vennligst gi det beste svaret du kan.
- 6) Dine svar vil bli behandlet konfidensielt. Studiens koordinator vil kun kontrollere om alle spørsmål er besvart og vil ikke vise dine svar til annet helsepersonale.

Dine følelser om din egen vekt

Nedenfor er det en liste over utsagn om din livskvalitet relatert til det å være overvektig og å forsøke å gå ned i vekt.

Vennligst sett ett ☒ i den ene rubrikken som best beskriver ditt svar akkurat nå for hvert av de følgende utsagnene.

	IKKE I DET HELE TATT	NESTEN IKKE	NOE	MODERAT	MYE	TEMMELEG MYE	SVÆRT MYE
1. På grunn av vekten min prøver jeg å bruke tøy som skjuler fasongen min (<i>Vennligst kryss av en rubrikk</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. Jeg føler meg frustrert over at jeg har mindre energi på grunn av vekten min (<i>Vennligst kryss av en rubrikk</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. På grunn av vekten min har jeg skyldfølelse når jeg spiser (<i>Vennligst kryss av en rubrikk</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. Jeg er plaget av hva andre mennesker sier om vekten min (<i>Vennligst kryss av en rubrikk</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 grunn av vekten min forsøker jeg å unngå at det blir tatt bilder av meg (<i>Vennligst kryss av en rubrikk</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 grunn av vekten min må jeg være veldig nøye med den personlige hygiene (<i>Vennligst kryss av en rubrikk</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. Vekten min hindrer meg i å gjøre ting jeg ønsker å gjøre (<i>Vennligst kryss av en rubrikk</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. Jeg bekymrer meg over den fysiske belastningen som vekten min påfører kroppen (<i>Vennligst kryss av en rubrikk</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

(Vennligst snu arket)

(fortsett)...

	IKKE I DET HELE TATT	NESTEN IKKE	NOE	MODERAT	MYE	TEMME LIG MYE	SVÆRT MYE
9. På grunn av vekten min er jeg frustrert over at jeg ikke kan spise det samme som andre (Vennligst kryss av en rubrikk)	<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 meg deprimeret på grunn av vekten min (Vennligst kryss av en rubrikk)	<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 meg stygg på grunn av vekten min (Vennligst kryss av en rubrikk)	<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 bekymrer meg om fremtiden på grunn av vekten min (Vennligst kryss av en rubrikk)	<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 misunner mennesker som er tynne (Vennligst kryss av en rubrikk)	<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 meg på grunn av vekten min (Vennligst kryss av en rubrikk)	<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 vansker med å akseptere kroppen min på grunn av vekten min (Vennligst kryss av en rubrikk)	<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 bekymret for at jeg vil legge på meg det jeg går ned i vekt (Vennligst kryss av en rubrikk)	<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 blir motløs når jeg forsøker å gå ned i vekt (Vennligst kryss av en rubrikk)	<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

Vennligst gå tilbake til spørsmålene du nettopp har besvart for å forsikre deg om at du ikke hoppet over noen punkter

Takk for at du besvarte disse spørsmålene!