

Η Υγεία — και — η Ευεξία Σας

**Οργανον Ποιότητας Ζωής διά Πολυσαρκία και Χάσιμο
Βάρους (OWLQOL)**

Αυτή η μελέτη ζητά τις απόψεις σας για την υγεία και το βάρος
σας.



***Σας ευχαριστούμε για τη συμπλήρωση των
ερωτήσεων!***

Οδηγίες για την συμπλήρωση των ερωτηματολογίων για την ποιότητα ζωής των συμμετασχόντων στην μελέτη

- 1) Οι ερωτήσεις αυτές αποτελούν ένα σημαντικό μέρος της συνολικής ιατρικής εκτίμησής σας. Οι ερωτήσεις είναι σχεδιασμένες να συλλέγουν πληροφορίες για το πώς, σύμφωνα με τη δική σας άποψη, η υγεία σας έχει επηρεάσει την ποιότητα της ζωής σας.
- 2) Συμπληρώστε το ερωτηματολόγιο χρησιμοποιώντας ένα στυλό που να μην αφήνει μουντζούρες. Πατάτε σταθερά με το στυλό και γράφετε καθαρά ώστε οι απαντήσεις σας να είναι καθαρές και να διαβάζονται εύκολα.
- 3) Παρακαλούμε πάρτε χρόνο για να διαβάσετε και απαντήστε προσεκτικά κάθε ερώτηση. Κάποιες ερωτήσεις μπορεί να μοιάζουν με άλλες, αλλά κάθε μια είναι διαφορετική.
- 4) Παρακαλούμε απαντήστε κάθε μια ερώτηση σημειώνοντας με ένα ☒ το κουτί που περιγράφει καλύτερα την απάντησή σας. Μπορείτε ν' αλλάξετε κάποια απάντηση σβήνοντας με μια γραμμή (☒) την επιλογή που θέλετε να αλλάξετε και σημειώνοντας με ένα ☒ το κουτί που αντιστοιχεί στη νέα σας επιλογή.
- 5) Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις. Εάν εσείς είστε αβέβαιος(η) για το πώς θ' απαντήσετε σε μια ερώτηση, παρακαλούμε δώστε την καλύτερη απάντηση που μπορείτε.
- 6) Οι απαντήσεις σας είναι εμπιστευτικές. Ο συντονιστής της μελέτης θα ελέγξει την πληρότητα μόνο και δεν θα μοιραστεί τις απαντήσεις σας με άλλο προσωπικό της κλινικής που συμμετέχει στη μελέτη.

Τα Συναισθήματά Σας Σχετικά με το Βάρος Σας.

Παρακάτω ακολουθεί ένας κατάλογος με δηλώσεις για την ποιότητα της ζωής σας σε σχέση με το ότι είστε υπέρβαρος και την προσπάθειά σας για να χάσετε βάρος.

Για κάθε μια από τις ακόλουθες δηλώσεις, σημειώστε με ☒ ένα μόνο κουτί το οποίο περιγράφει καλύτερα την απάντησή σας στην παρούσα χρονική στιγμή.

	ΠΟΤΕ	ΣΠΑΝΙΑ	ΚΑΠΩΣ	ΜΕΤΡΙΑ	ΑΡΚΕΤΑ ΚΑΛΑ	ΠΟΛΥ	ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ
1. Λόγω του βάρους μου προσπαθώ να φορώ ρούχα που κρύβουν το σώμα μου (Παρακαλώ τσεκάρετε <i>μιά</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. Αισθάνομαι απογοητευμένος (η) διότι έχω λιγότερη ενέργεια λόγω του βάρους μου (Παρακαλώ τσεκάρετε <i>μιά</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. Λόγω του βάρους μου αισθάνομαι ένοχος(η) όταν τρώγω (Παρακαλώ τσεκάρετε <i>μιά</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. Ενοχλούμαι για το τι λένε άλλοι άνθρωποι για το βάρος μου (Παρακαλώ τσεκάρετε <i>μιά</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. Λόγω του βάρους μου αποφεύγω να με φωτογραφίζουν (Παρακαλώ τσεκάρετε <i>μιά</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. Λόγω του βάρους μου, πρέπει να προσέχω αρκετά την προσωπική μου υγιεινή (Παρακαλώ τσεκάρετε <i>μιά</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. Το βάρος μου με εμποδίζει να κάνω αυτό που θέλω (Παρακαλώ τσεκάρετε <i>μιά</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. Ανησυχώ για τη φυσική ένταση που το βάρος συσσωρεύει στο σώμα μου (Παρακαλώ τσεκάρετε <i>μιά</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

(Παρακαλώ γυρίσετε την σελίδα)

(συνεχίζεται)...

	ΠΟΤΕ	ΣΠΑΝΙΑ	ΚΑΠΩΣ	ΜΕΤΡΙΑ	ΑΡΚΕΤΑ ΚΑΛΑ	ΠΟΛΥ	ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ
9. Λόγω του βάρους μου, αισθάνομαι απογοητευμένος(η) επειδή δεν είμαι ικανός(ή) να τρώγω ότι τρώγουν οι άλλοι (Παρακαλώ τσεκάρετε μία)	<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. Αισθάνομαι λυπημένος(η) λόγω του βάρους μου (Παρακαλώ τσεκάρετε μία)	<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. Αισθάνομαι άσχημος(η) λόγω του βάρους μου (Παρακαλώ τσεκάρετε μία)	<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. Ανησυχώ για το μέλλον μου λόγω του βάρους μου (Παρακαλώ τσεκάρετε μία)	<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. Ζηλεύω τους ανθρώπους που είναι λεπτοί (Παρακαλώ τσεκάρετε μία)	<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. Αισθάνομαι ότι οι άλλοι με κοιτάζουν έντονα λόγω του βάρους μου (Παρακαλώ τσεκάρετε μία)	<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. Έχω δυσκολία ν' αποδεχτώ το σώμα μου λόγω του βάρους μου (Παρακαλώ τσεκάρετε μία)	<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. Φοβάμαι ότι θα ξαναπάρω το βάρος που χάνω (Παρακαλώ τσεκάρετε μία)	<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. Αποθαρρύνομαι όταν προσπαθώ ν' αδυνατίσω (Παρακαλώ τσεκάρετε μία)	<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

Παρακαλούμε πηγαίνετε πίσω στις ερωτήσεις που μόλις απαντήσατε για να βεβαιωθείτε ότι δεν παραλείψατε κάποιες.

Σας ευχαριστούμε για τη συμπλήρωση των ερωτήσεων!