

## Physiology Part 1

<p>o 1) นอนไม่หลับหลังจากเข้านอนไป แล้วนานกว่า 30 นาที</p> <p>Scale: 0 = ไม่เคยมีอาการ</p> <p>1 = น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์</p> <p>2 = มีปัญหา 1-2 ครั้ง/สัปดาห์</p> <p>3 = มีปัญหามากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์หรือมากกว่า</p>	<p>Insomnia after going to bed for more than 30 minutes.</p> <p>Scale: 0 = never had symptoms</p> <p>1 = less than 1 time/week</p> <p>2 = have problems 1-2 times/week</p> <p>3 = more trouble 3 times/week or more</p>
<p>o 2) ตื่นกลางดึก หรือตื่นช้ากว่าปกติ</p> <p>Scale: 0 = ไม่เคยมีอาการ</p> <p>1 = น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์</p> <p>2 = มีปัญหา 1-2 ครั้ง/สัปดาห์</p> <p>3 = มีปัญหามากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์หรือมากกว่า</p>	<p>Do you wake up at midnight or wake up late than normally?</p> <p>Scale: 0 = never had symptoms</p> <p>1 = less than 1 time/week</p> <p>2 = have problems 1-2 times/week</p> <p>3 = more trouble 3 times/week or more</p>
<p>o 3) ท่านใช้ยานอนหลับบ่อยครั้งเพียงใด</p> <p>Scale: 0 = ไม่เคยใช้</p> <p>1 = ใช้ น้อยกว่า 1 ครั้ง/สัปดาห์</p> <p>2 = ใช้ 1-2 ครั้ง/สัปดาห์</p> <p>3 = ใช้มากกว่า 3 ครั้ง/สัปดาห์หรือมากกว่า</p>	<p>o 3) How often do you use sleeping pills?</p> <p>Scale: 0 = never used</p> <p>1 = use less than 1 time/week</p> <p>2 = use 1-2 times/week</p> <p>3 = Use more than 3 times/week or more</p>
<p>o 4) ในระยะ 1 เดือน ที่ผ่านมามีคุณภาพการนอนโดยรวมของท่านเป็นอย่างไร</p> <p>Scale: 0 = ดีมาก</p> <p>1 = ดี</p> <p>2 = ไม่ค่อยดี</p> <p>3 = ไม่ดีเลย</p>	<p>In the past 1 month, how good was your overall sleeping?</p> <p>Scale: 0 = very good</p> <p>1 = good</p> <p>2 = not very good</p> <p>3 = not good at all</p>

## Physiology Part 2

คุณมีความมั่นใจโดยรวมมากแค่ไหน? (ตอบในตัวเลข 0 - 100%)	"How many percent of overall confidence? (answer in percentage from 0-100%)
คุณมีความมั่นใจในการเล่นโดยที่ไม่รู้สึกเจ็บแค่ไหน? (ตอบในตัวเลข 0 - 100%)	"How many percent are you confident in playing without feeling pain? (answer in percentage from 0-100%)",
คุณมีความมั่นใจที่จะออกแรงมากน้อยแค่ไหน? (ตอบในตัวเลข 0 - 100%)	"How many percent of the confidence dare to exert? (answer in percentage from 0-100%)",
คุณคิดว่าคุณมีความมั่นใจมากแค่ไหนในการแสดงทักษะทางกีฬา? (ตอบในตัวเลข 0 - 100%)	"How many percent of confidence in showing skills in sports? (answer in percentage from 0-100%)",
คุณคิดว่าคุณมีความมั่นใจมากแค่ไหนในการที่จะไม่สนใจส่วนที่บาดเจ็บ? (ตอบในตัวเลข 0 - 100%)	"How confident are you to ignore the injured part? (answer in percentage from 0-100%)"

## Physiology Part 3

คุณมีอาการเหนื่อยบ้างไหม?(ตอบในเลข0-10)	"Did you had any tired? (0-10)"
คุณได้หลับเพียงพอแล้วหรือยัง?(ตอบในเลข 0-10)	"Did you had any sleep? (0-10)"
คุณมีอาการง่วงนอนหรือไม่?(ตอบในเลข0-10)	"Did you had any drowsy? (0-10)"
คุณมีอาการเหนื่อยล้าหรือไม่?(ตอบในเลข0-10)	"Did you had any fatigued? (0-10)"
คุณมีอาการหมดแรงหรือไม่?(ตอบในเลข0-10)	"Did you had any worn out? (0-10)"
คุณมีความกระฉับกระเฉงว่องไวหรือไม่?(ตอบในเลข0-10)	"Did you had any energetic? (0-10)"
คุณมีความคล่องแคล่วหรือไม่?(ตอบในเลข0-10)	"Did you had any active? (0-10)"
คุณแข็งแรงดีหรือไม่?(ตอบในเลข0-10)	"Did you had any vigorous? (0-10)"
คุณในตอนนี้มีสมรรถภาพดีเยี่ยมหรือไม่?(ตอบในเลข0-10)	"Did you had any efficient? (0-10)"
ตอนนี้คุณมีสภาพจิตใจที่ร่าเริงหรือไม่?(ตอบในเลข0-10)	"Did you had any lively? (0-10)"

	"Did you had any bushed? (0-10)"
คุณมีอาการเหนื่อยรีเปล่า?(ตอบในเลข0-10)	"Did you had any exhausted? (0-10)"
คุณในตอนนี้ยังสามารถมองเห็นได้ปกติรีเปล่า? (ตอบในเลข0-10)	"Did you still keeping your eyes open? (0-10)"
คุณยังสามารถขยับส่วนของร่างกายได้ปกติใช่ ไหม?(ตอบในเลข0-10)	"Did you still can moving your body? (0-10)"
คุณยังสามารถมีสมาธิจดจ่อกับการเล่นกีฬาได้ หรือไม่?(ตอบในเลข0-10)	"Did you still concentrating? (0-10)"
คุณยังสามารถโต้ตอบบทสนทนาได้แบบปกติใช่ หรือไม่?(ตอบในเลข0-10)	"Did you can carrying on a conversation? (0-10)"
คุณอยากที่จะนอนพักหรือไม่?(ตอบในเลข0-10)	"Did you want to lying down or not? (0-10)"