



2.12.2015

Etunimi: _____ Sukunimi: _____

Päivämäärä ____ . ____ . ____

VASTAA VIIMEISEN 7 vuorokauden ajalta! Sivuuuta kysymys, jos et normaalisti tee kysyttyä asiaa.

Kykenitkö viimeisen viikon aikana?

1.

A. Käymään ostoksilla

Aina Useimmiten Joskus Ei koskaan

B. Pesemään pyykit koneella

Aina Useimmiten Joskus Ei koskaan

C. Valmistamaan ruokaa

Aina Useimmiten Joskus Ei koskaan

D. Tiskaamaan astioita ja kattiloita käsin

Aina Useimmiten Joskus Ei koskaan

E. Imuroimaan paksua mattoa

Aina Useimmiten Joskus Ei koskaan

F. Sijaamaan vuodetta

Aina Useimmiten Joskus Ei koskaan

G. Kiipeämään portaita

Aina Useimmiten Joskus Ei koskaan

H. Vierailemaan ystävien tai sukulaisten luona

Aina Useimmiten Joskus Ei koskaan

I. Tekemään pihatöitä

Aina Useimmiten Joskus Ei koskaan

J. Ajamaan autoa

Aina Useimmiten Joskus Ei koskaan

2. Kuinka useana päivänä viimeisen viikon aikana voit hyvin? (0–7) _____

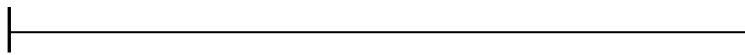
3. Kuinka monta päivää olit sairauslomalla fibromyalgian vuoksi viimeisen viikon aikana?

Rengasta oikea vaihtoehto: 0 1 2 3 4 5 6 7

4. Jos kävit työssä, miten paljon kipusi tai fibromyalgian muut oireet haittasivat työkykyäsi?

ei lainkaan haitannut

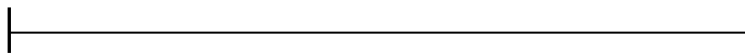
suuria vaikeuksia



5. Kuinka paha kipusi on ollut?

ei lainkaan kipua

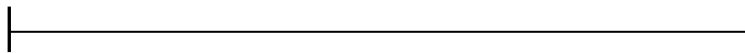
pahin mahdollinen kipu



6. Kuinka väsynyt olet ollut päivisin?

en lainkaan

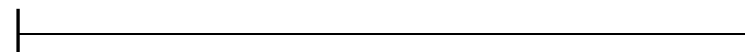
erittäin väsynyt



7. Miltä olosi on tuntunut aamulla herättyäsi?

heräsin virkeänä ja levänneenä

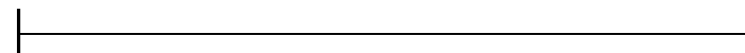
heräsin erittäin väsyneenä



8. Kuinka kankea olet ollut?

en lainkaan


erittäin kankea



9. Kuinka jännittyneeksi, hermostuneeksi tai ahdistuneeksi olet tuntenut itsesi viimeisen viikon aikana?

en lainkaan

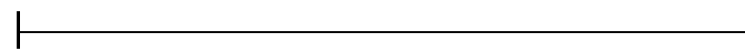
erittäin jännittyneeksi



10. Miten masentunut tai surullinen olet ollut viimeisen viikon aikana?

en lainkaan

erittäin masentunut



Pistelasku

Kysymys 1: alakohdat A–J voivat saada arvon välillä 0 (kuvastaa hyvää toimintakykyä) – 3 (kuvastaa huonoa toimintakykyä). Alakohtien A–J raakapisteistä lasketaan keskiarvo, joka standardoidaan välille 0–10 eli kerrotaan luvulla 10/3 ($\approx 3,33$). Siis kysymyksen 1 pistemäärä vaihtelee välillä 0–10.

Kysymys 2: raakapistemäärä on käänteinen välillä 0–7 (ei voi hyvin yhtenäkkään päivänä = 7). Tämä standardoidaan välillä 0–10 eli kerrotaan luvulla 10/7 ($\approx 1,43$). Siis kysymyksen 2 pistemäärä vaihtelee välillä 0–10.

Kysymys 3: raakapistemäärä on potilaan valitsema pistemäärä välillä 0–7 (sairauslomalla 3 päivää = 3). Tämä standardoidaan välillä 0–10 eli kerrotaan luvulla 10/7 ($\approx 1,43$). Siis kysymyksen 2 pistemäärä vaihtelee välillä 0–10.

Kysymykset 4–10: suora VAS-lukema 0–10.

Koko kyselyn kokonaispistemäärä vaihtelee välillä 0–100.