

LIVSKVALITET VED INFLAMMATORISK TARMSYKDOM – SPØRRESKJEMA (IBDQ)

Dette spørreskjemaet har til hensikt å finne ut hvordan du har hatt det de siste 2 ukene. Du får spørsmål om symptomer du har eller har hatt pga din tarmsykdom, hvordan du har følt deg i alminnelighet, og hvordan humøret ditt har vært.

1. Hvor ofte har du hatt tarmtømming i løpet av de siste 2 ukene? Marker hvor ofte du har hatt tarmtømming de siste 2 ukene ved å velge ett av alternativene nedenfor.

- 1 TARMTØMMING LIKE OFTE ELLER OFTERE ENN NOEN GANG
- 2 SVÆRT OFTE
- 3 OFTE
- 4 MODERAT ØKNING I HYPPIGHET AV TARMTØMMINGER
- 5 NOE ØKT HYPPIGHET AV TARMTØMMINGER
- 6 LETT ØKT HYPPIGHET AV TARMTØMMINGER
- 7 NORMALT, IKKE ØKT HYPPIGHET AV TARMTØMMINGER

2. Hvor ofte har følelsen av utmattelse eller av å være trøtt og utslitt vært et problem for deg de siste 2 ukene? Marker hvor ofte følelsen av utmattelse eller trøtthet har vært et problem for deg de siste 2 ukene ved å velge ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

3. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du kjent deg frustrert, utålmodig eller rastløs? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

4. 4. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du vært ute av stand til å komme deg på skolen eller gjøre jobben din pga ditt tarmproblem? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

5. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har avføringen din vært løs? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

6. Hvor mye energi har du hatt de siste 2 ukene? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 INGEN ENERGI
- 2 SVÆRT LITE ENERGI
- 3 LITE ENERGI
- 4 NOE ENERGI
- 5 EN DEL ENERGI
- 6 MYE ENERGI
- 7 FULL AV ENERGI

7. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du kjent uro for muligheten av å bli operert pga din tarmsykdom? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

8. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du måttet utsette eller avlyse en sammenkomst pga ditt tarmbesvær? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

9. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du vært plaget av kramper i mageregionen? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

10. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du følt deg generelt dårlig? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

11. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du vært plaget av angst for ikke å finne et toalett? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

12. Hvor store problemer har du hatt pga ditt tarmbesvær med å utføre fritids- eller sportsaktiviteter på ønsket måte i løpet av de siste 2 ukene? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 BETYDELIGE VANSKELIGHETER, AKTIVITETER HELT UMULIG
- 2 STORE VANSKELIGHETER
- 3 GANSKE STORE VANSKELIGHETER
- 4 EN DEL VANSKELIGHETER
- 5 LITE VANSKELIGHETER
- 6 NESTEN IKKE NOEN VANSKELIGHETER
- 7 INGEN VANSKELIGHETER. TARMPROBLEMENE BEGRENSER IKKE SPORT ELLER FRITIDSAKTIVITETER

13. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du vært plaget med smerter i mageregionen? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

14. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du hatt vondt for å sove godt hele natten eller vært plaget av oppvåkning i løpet av natten? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

15. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du kjent deg nedfor eller motløs? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

16. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du måttet avstå fra møter/sammentreff der det ikke fantes toalett i nærheten? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

17. Hvor stort problem har du hatt med å slippe mye gass totalt sett i løpet av de siste 2 ukene? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 ET DOMINERENDE PROBLEM
- 2 ET STORT PROBLEM
- 3 ET BETYDELIG PROBLEM
- 4 NOE PROBLEM
- 5 LITE PROBLEM
- 6 KNAPT NOE PROBLEM
- 7 IKKE NOE PROBLEM

18. Totalt sett, hvor stort problem har du hatt i løpet av de siste 2 ukene med hensyn til å beholde eller oppnå den vekten du vil ha? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 ET DOMINERENDE PROBLEM
- 2 ET STORT PROBLEM
- 3 ET BETYDELIG PROBLEM
- 4 NOE PROBLEM
- 5 LITE PROBLEM
- 6 KNAPT NOE PROBLEM
- 7 IKKE NOE PROBLEM

19. Mange pasienter med tarmproblemer har ofte bekymringer og engstelser knyttet til sykdommen sin. Det kan være engstelse for å få kreft, engstelse for aldri å føle seg bedre eller uro for få tilbakefall. Generelt, hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du følt deg engstelig eller urolig? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

20. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du vært plaget med oppblåsthet i mageregionen? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

21. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du følt deg avslappet og uanstrengt. Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 IKKE I DET HELE TATT
- 2 IKKE SÅ OFTE
- 3 DELER AV TIDEN
- 4 OFTE
- 5 VELDIG OFTE
- 6 NESTEN HELE TIDEN
- 7 HELE TIDEN

22. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du hatt problemer med rektale blødninger under dine tarmtømminger? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

23. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du følt deg flau/brydd på grunn av ditt tarmproblem? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

24. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du vært plaget av trangen til å måtte gå på toalettet til tross for at tarmen var tom? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 GANSKE OFTE
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

25. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du vært på gråten eller følt deg opprørt? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

26. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du vært plaget med uhell som har tilgriset undertøyet ditt. Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

27. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du følt deg sint pga ditt tarmproblem? Velg ett av alternativene.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

28. I hvilken grad har ditt tarmproblem begrenset seksuell aktivitet i løpet av de siste 2 ukene? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 INGEN SEX PGA MIN TARMSYKDOM
- 2 BETYDELIG INNSKRENKNING PGA MIN TARMSYKDOM
- 3 NOE INNSKRENKNING PGA MIN TARMSYKDOM
- 4 EN VISS INNSKRENKNING PGA MIN TARMSYKDOM
- 5 IKKE SÅ STOR INNSKRENKNING PGA MIN TARMSYKDOM
- 6 KNAPT NOEN INNSKRENKNING PGA MIN TARMSYKDOM
- 7 INGEN INNSKRENKNING I DET HELE TATT PGA MIN TARMSYKDOM

29. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du vært plaget av kvalme eller følt deg dårlig i magen? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

30. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du følt deg irritert? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

31. Hvor ofte i løpet av de siste 2 ukene har du følt manglende forståelse fra andre? Velg ett av alternativene nedenfor.

- 1 HELE TIDEN
- 2 NESTEN HELE TIDEN
- 3 OFTE
- 4 DELER AV TIDEN
- 5 IKKE SÅ OFTE
- 6 NESTEN IKKE
- 7 IKKE I DET HELE TATT

32. Hvor tilfreds, lykkelig eller fornøyd med ditt personlige liv har du følt deg i løpet av de siste 2 ukene? Velg ett av alternativene nedenfor..

- 1 MEGET MISFORNØYD, ULYKKELIG NESTEN HELE TIDEN
- 2 FOR DET MESTE MISFORNØYD, ULYKKELIG
- 3 NOE MISFORNØYD, ULYKKELIG
- 4 STORT SETT FORNØYD OG TILFREDS
- 5 FORNØYD FOR DET MESTE, LYKKELIG
- 6 SVÆRT FORNØYD MESTEPARTEN AV TIDEN, LYKKELIG
- 7 VELDIG FORNØYD, KUNNE IKKE HA VÆRT MER FORNØYD OG LYKKELIG