

请勾选最符合您过去一周（过去7天以来）情况的选项

Q1 请考虑您在做自己想做事情时的精力：

我

- 总是精力充沛
- 经常精力充沛
- 有时精力充沛
- 经常感到疲倦，精力不足
- 总是感到疲倦，精力不足

Q2 您多常感到在社交活动中未被包括在内或排除在外？

- 从未
- 很少
- 有时
- 经常
- 总是

Q3 请考虑您自己一人在户外四周活动（如购物、走亲访友）的难易程度：

- 四处走动很愉快，也很轻松
- 户外四处活动没有困难
- 有点困难
- 中等困难
- 相当困难
- 除非有人帮助，否则我无法四处走动

Q4 请考虑您的健康状况和您在社区的角色（即邻里社区、运动、工作、教堂或文化团体）：

- 我的健康状况没有影响我在社区中担任的角色
- 我无法完成所担任社区角色的某些部分
- 我无法完成所担任社区角色的很多部分
- 我无法完成所担任社区角色的任何部分

Q5 您多常感到悲伤？

- 从未
- 很少
- 有时
- 经常
- 几乎都这样

请勾选最符合您过去一周（过去7天以来）情况的选项

Q6 请考虑您多常感到剧痛：

我剧痛的经历

- 极少出现
- 每周不到一次
- 每周三至四次
- 大部分时间

Q7 您对自己的自信心如何？

- 完全自信
- 很自信
- 自信程度中等
- 有点自信
- 毫无自信

Q8 您认为自己是否很平静、镇定或焦躁不安：

我

- 总是很平静和镇定
- 经常很平静和镇定
- 有时平静镇定，有时焦躁不安
- 经常焦躁不安
- 总是焦躁不安

Q9 请考虑您的健康状况及家庭关系：

- 我的健康状况没有影响我在家里的角色
- 我无法完成所担任家庭角色的某些部分
- 我无法完成所担任家庭角色的很多部分
- 我无法完成所担任家庭角色的任何部分

Q10 您的密切关系（家人和朋友）：

- 非常令人满意
- 令人满意
- 既非满意，亦非不满意
- 不满意
- 不开心
- 非常不开心

Q11 在与他人沟通时，如谈话、倾听、书写或手语：

- 在与他们交谈或理解他们的言语方面没有问题
- 不认识我的人理解我的言语方面存在一些困难。我在理解他人对我说的话时没有问题
- 只有那些熟悉我的人才能理解我的话。在理解他们对我说的话方面我存在很多困难
- 我无法与他人适当地沟通

请勾选最符合您过去一周（过去7天以来）情况的选项

Q12 您多常有睡眠障碍？

- 从未
- 几乎从未
- 有时
- 经常
- 一直都这样

Q13 您多常觉得自己毫无用处？

- 从未
- 几乎从未
- 有时
- 经常
- 总是

Q14 您多常感到生气？

- 从未
- 几乎从未
- 有时
- 经常
- 一直都这样

Q15 请考虑您的行动状况，包含使用任何辅助工具，如轮椅、助行架、拐杖：

- 我行动非常自如
- 我行动没有困难
- 我行动有点困难（如上坡）
- 我觉得行动困难。我只能走小段路程
- 我觉得行动很困难。我需要他人帮助
- 我卧床不起

Q16 您是否曾想自我伤害？

- 从未
- 偶尔
- 有时
- 经常
- 一直都这样

Q17 您是否觉得自己是热心的人？

- 极其热心
- 非常热心
- 一般
- 不热心
- 完全不热心

请勾选最符合您过去一周（过去7天以来）情况的选项

Q18 同样请考虑最近7天的情况，您多常感到忧虑：

- 从未
- 偶尔
- 有时
- 经常
- 一直都这样

Q19 请考虑自己的洗漱、如厕、穿着、饮食或外表修整：

- 这些事对我来说很容易
- 在做这些事时我没有什么实际困难
- 我觉得做有些事有困难，不过我自己能处理好
- 很多事都有难度，我需要帮助才能做好
- 我自己完全无法做这些事

Q20 您多常感到快乐？

- 一直都
- 多数时间
- 有时
- 几乎从未
- 从未

Q21 您在多大程度上觉得自己是否能处理好生活问题？

- 完全可以
- 大部分可以
- 部分可以
- 几乎不能
- 完全不能

Q22 您遭受的疼痛或觉得不适程度如何？

- 完全没有
- 我感觉中度疼痛
- 我承受剧痛
- 我承受着无法忍受的疼痛

Q23 您在多大程度上享受自己的密切关系（家人和朋友）？

- 非常
- 大部分
- 有点
- 不怎么满意
- 厌恶

请勾选最符合您过去一周（过去7天以来）情况的选项

Q24 疼痛在多大程度上干扰您的日常活动？

- 从未
- 很少
- 有时
- 经常
- 总是

Q25 您多常感到开心？

- 总是
- 经常
- 有时
- 几乎从未
- 从未

Q26 您在多大程度上觉得自己是他人的累赘？

- 完全不会
- 有点会
- 一般会
- 大部分会
- 完全会

Q27 您对生活满意度如何？

- 极其满意
- 大体上满意
- 满意度一般
- 有点满意
- 完全不满意

Q28 请考虑您的视力问题（必要时可佩戴眼镜或隐形眼镜）：

- 我视力极好
- 我视力正常
- 我在注视物体方面有些困难，或者看不清物体（如小字体、报纸或看远方的物体）
- 我看物体时存在很多困难。我的视力很模糊。我只能看到触手可及的物体
- 我只能看到物体的轮廓。行走时我需要别人引导
- 我的眼睛完全看不见

请勾选最符合您过去一周（过去7天以来）情况的选项

Q29 您多常觉得自己能掌控生活？

- 总是
- 大多
- 有时
- 只有几次
- 从未

Q30 做家务时您需要多少的帮助（如做饭、打扫房间或做园艺）：

- 无需任何帮助，我可以非常迅速且有效地做所有这些事
- 在没有帮助的情况下，我可以比较轻松地做这些事
- 在没有帮助的情况下，我只能很慢地做这些事
- 除非有人帮助，否则这些事我大部分都无法做
- 这些事我自己全部都做不来

Q31 您多常感到在社交方面受到孤立？

- 从未
- 很少
- 有时
- 经常
- 总是

Q32 请考虑您的听力问题（必要时可佩戴助听器）：

- 我听力极好
- 我听力正常
- 我的听力有点困难，或听不清楚。在听讲话轻声的人说话或有背景噪音时，我的听力就会出现困难
- 我很难听得清楚。我经常不知道别人在说什么。因为我听不见别人在说什么，所以经常都无法参与谈话
- 事实上我几乎什么都听不见。即使大声对我说话，我也无法完全听明白
- 我完全就听不见

请勾选最符合您过去一周（过去7天以来）情况的选项

Q33 您多常感觉情绪低落？

- 从未
- 几乎从未
- 有时
- 经常
- 很经常
- 一直都

Q34 您的密切和亲密关系（包括任何性关系）让您：

- 非常愉快
- 一般来说愉快
- 既非愉快，亦非不愉快
- 一般来说不愉快
- 非常不愉快

Q35 过去7天以来，您多常觉得很绝望？

- 从未
- 有几次
- 有时
- 经常
- 一直都