

مقياس نوعية الحياة Quality of Life Index

(نموذج السكري- III (Diabetes Version- III))

الجزء الأول: يرجى وضع دائرة حول الإجابة الملائمة لكل مما يلي وفقا لما تراه مناسباً لوصف مدى رضاك عن نواحي مختلفة من حياتك. الرجاء وضع دائرة حول الرقم الذي يمثل رأيك علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة.

غير راض	غير راض	غير راض	غير راض	غير راض	غير راض	كم أنت راض عن:
راض	راض	راض	راض	راض	راض	
جدا	بشكل	قليلا	راض	راض	راض	
	متوسط		قليلا	بشكل	جدا	
			متوسط			
٦	٥	٤	٣	٢	١	١. صحتك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٢. العناية الصحية التي تتلقاها؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٣. مدى طاقتك على القيام بالنشاطات اليومية؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٤. قدرتك على رعاية نفسك بنفسك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٥. قدرتك على ضبط نسبة السكر في الدم؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٦. التغييرات التي طرأت على حياتك بسبب السكري (الحمية، الرياضة، أخذ الانسولين أو الحبوب، فحص مستوى السكر)؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٧. مدى سيطرتك على حياتك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٨. فرصك لعيش الفترة الزمنية التي تتمناها؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٩. صحة عائلتك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	١٠. أطفالك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	١١. سعادة عائلتك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	١٢. حياتك الجنسية؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	١٣. علاقتك مع شريك حياتك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	١٤. أصدقاؤك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	١٥. الدعم المعنوي الذي تتلقاه من عائلتك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	١٦. الدعم المعنوي الذي تتلقاه من الآخرين؟

© Quality of Life Index, Carol Estwing Ferrans & Marjorie J. Powers (1984 & 1998)

Copyright Arabic translation: Jehad O. Halabi, University of Jordan, Amman 11942, Jordan, email:

dr_jehadhalabi@yahoo.com

الجزء الثاني: يرجى وضع دائرة حول الإجابة الملائمة لكل مما يلي وفقا لما تراه مناسباً لوصف مدى أهمية كل من النواحي التالية من حياتك. الرجاء وضع دائرة حول الرقم الذي يمثل رأيك علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة.

كم هو مهم بالنسبة لك:	غير مهم	غير مهم بشكل	مهم قليلا	مهم بشكل	مهم جدا
	١	٢	٣	٤	٥
	١	٢	٣	٤	٥
١. صحتك؟	١	٢	٣	٤	٥
٢. الرعاية الصحية؟	١	٢	٣	٤	٥
٣. توفر طاقة كافية لديك للقيام بالانشطات اليومية؟	١	٢	٣	٤	٥
٤. رعاية نفسك بنفسك؟	١	٢	٣	٤	٥
٥. ضبط نسبة السكر في الدم؟	١	٢	٣	٤	٥
٦. التغييرات التي طرأت على حياتك بسبب السكري (الحمية، الرياضة، أخذ الانسولين أو الحبوب، فحص السكر)؟	١	٢	٣	٤	٥
٧. القدرة على ضبط أمور حياتك؟	١	٢	٣	٤	٥
٨. العيش للفترة التي تراها مناسبة؟	١	٢	٣	٤	٥
٩. صحة عائلتك؟	١	٢	٣	٤	٥
١٠. أطفالك؟	١	٢	٣	٤	٥
١١. سعادة عائلتك؟	١	٢	٣	٤	٥
١٢. حياتك الجنسية؟	١	٢	٣	٤	٥
١٣. علاقتك مع شريك حياتك؟	١	٢	٣	٤	٥
١٤. أصدقاؤك؟	١	٢	٣	٤	٥
١٥. الدعم المعنوي الذي تتلقاه من العائلة؟	١	٢	٣	٤	٥
١٦. الدعم المعنوي الذي تتلقاه من الآخرين؟	١	٢	٣	٤	٥

© Quality of Life Index, Carol Estwing Ferrans & Marjorie J. Powers (1984 & 1998)

Copyright Arabic translation: Jehad O. Halabi, University of Jordan, Amman, email: dr_jehadhalabi@yahoo.com

مهم جدا	مهم	مهم قليلا	غير مهم قليلا	غير مهم بشكل متوسط	غير مهم جدا	كم هو مهم بالنسبة لك:
٦	٥	٤	٣	٢	١	١٧. القيام بالواجبات العائلية؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	١٨. مدى استفادة الآخرين منك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	١٩. خلو حياتك من الضغوطات النفسية؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٢٠. جيرانك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٢١. بيتك أو منزلك أو مسكنك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٢٢. عملك (إذا كنت تعمل)؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٢٣. حصولك على عمل (إذا كنت لا تعمل، أو متقاعد، أو غير قادر على العمل)؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٢٤. تحصيلك العلمي؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٢٥. قدرتك على تدبير امورك المادية؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٢٦. القيام بأنشطة ترفيهية؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٢٧. حصولك على مستقبل سعيد؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٢٨. راحة بالك أو استقرارك النفسي؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٢٩. إيمانك بالله عز وجل؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٣٠. تحقيق أهدافك الشخصية؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٣١. سعادتك بشكل عام؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٣٢. أن تكون راضيا عن حياتك؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٣٣. مظهرك الشخصي؟
٦	٥	٤	٣	٢	١	٣٤. نفسك بالنسبة لك؟

© Quality of Life Index, Carol Estwing Ferrans & Marjorie J. Powers (1984 & 1998)

Copyright Arabic translation: Jehad O. Halabi, University of Jordan, Amman, email: dr_jehadhalabi@yahoo.com