

## REVIDIRAN VPRAŠALNIK O TEŽAVAH ZARADI FIBROMIALGIJE – FIQR – odrasli

Revidiran vprašalnik težav zaradi fibromialgije (Ang. Revised Fibromyalgia Impact Questionnaire) je namenjen spremljanju simptomov in težav zaradi fibromialgije. Vprašalnik je lahko osebam s fibromialgijo v pomoč pri spremljanju njihovega zdravstvenega stanja. Še posebej je uporaben pri ugotavljanju, kakšne učinke ima nova metoda, ki smo jo uvedli z namenom izboljšanja svojega zdravstvenega stanja. Rezultati vprašalnika lahko variirajo glede na dan, ko smo vprašalnik izpolnili, zato je priporočljivo, da vzamemo povprečje več dni.

Za vsako od navedenih postavk označite, koliko vam je fibromialgija otežila izvajanje določene dejavnosti v zadnjih sedmih dneh. Če dejavnosti v zadnjih sedmih dneh niste izvajali, označite težavnost izvajanja za takrat, ko ste jo nazadnje izvajali. Če dejavnosti ne morete izvesti, označite zadnji okvirček (10).

### 1. Označite odgovor, ki najbolje opiše vaše delovanje v zadnjih sedmih dneh.

#### 1.1. Česanje las ali umivanje zob

brez težav  0  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 zelo težko

#### 1.2. Hoditi neprekinjeno 20 minut

brez težav  0  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 zelo težko

#### 1.3. Priprava obroka

brez težav  0  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 zelo težko

#### 1.4. Sesanje, čiščenje, pometanje

brez težav  0  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 zelo težko

#### 1.5. Nošenje vrečke iz trgovine

brez težav  0  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 zelo težko

#### 1.6. Menjava posteljnine

brez težav  0  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 zelo težko

#### 1.7. Sedenje na stolu 45 minut

brez težav  0  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 zelo težko

#### 1.8. Nakupovanje v trgovini

brez težav  0  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 zelo težko



3.8. Težave z ravnotežjem

brez težav             velike težave  
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3.9. Občutljivost na zvok, svetlobo, barvo in vonjave ...

brez občutljivosti             velika občutljivost  
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3.10. Občutljivost na dotik

brez občutljivosti             velika občutljivost  
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

1. Seštejte točke za vsako posamezno kategorijo.
2. Delite rezultat 1. kategorije z rezultatom 3. kategorije. Druga kategorija ostane nespremenjena. Delite rezultat 3. kategorije z rezultatom 2. kategorije.
3. Seštejte vse tri dobljene vrednosti.

1: 3      +      2      +      3:2      =      Vaš rezultat  
                 

**Resnost fibromialgije glede na vaš rezultat.**

Blaga: 0 – 42

Zmerna: 43 – 59

Huda: 60 – 74

Ekstremna: 75 – 100