
귀하의 건강상태에 관한 설문 조사서

본 설문지는 귀하의 건강상태에 대한 귀하의 의견을 묻는 것입니다. 귀하의 대답은 귀하가 어떻게 느끼고 또한 일상 활동을 얼마나 잘 할 수 있는가를 계속적으로 관찰하는데 도움이 됩니다. 본 설문 조사에 응해 주셔서 감사합니다!

가장 적합한 번호에 ☒표를 해서 모든 문항에 정성껏 답해 주시면 감사하겠습니다.

1. 전반적으로 귀하의 건강상태는 어떠합니까?

최고로 좋다	아주 좋다	좋다	조금 나쁘다	나쁘다
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

2. 일년 전과 비교했을 때, 현재 귀하의 전반적인 건강상태는 어떻습니까?

일년 전보다 훨씬 좋다	일년 전보다 조금 좋다	일년 전과 거의 비슷하다	일년 전보다 조금 나쁘다	일년 전보다 훨씬 나쁘다
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

3. 다음 문항들은 귀하가 평상시 하는 활동에 관한 것입니다. 귀하의 건강상태 때문에 이러한 일상적인 활동을 하는 데 제한을 받습니까? 만약 그렇다면, 어느 정도 제한을 받습니까?

예, 제한을 많이 받는다	예, 제한을 조금 받는다	아니오, 제한을 전혀 받지 않는다
▼	▼	▼

- a 격렬한 활동(예: 달리기, 무거운 짐 들기, 격렬한 운동에 참여하기) 1 2 3
- b 다소 힘든 활동(예: 탁자 옮기기, 비로 방 쓸기, 한두 시간 산보하기, 자전거 타기) 1 2 3
- c 조금 무거운 시장 바구니를 들거나 운반하는 것 1 2 3
- d 계단으로 여러 층 걸어 올라가는 것 1 2 3
- e 계단으로 한 층 걸어 올라가는 것 1 2 3
- f 허리를 굽히는 것, 무릎 꿇는 것, 또는 허리와 무릎을 동시에 굽히는 것 1 2 3
- g 1킬로미터 이상 걷는 것 1 2 3
- h 200-300미터 정도 걷는 것 1 2 3
- i 100미터 걷는 것 1 2 3
- j 혼자 목욕하거나, 또는 옷 갈아입는 것 1 2 3

4. 지난 4주 동안에, 귀하의 신체적인 건강때문에 귀하의 일이나 일상적인 활동을 하는 데 다음과 같은 문제가 얼마나 자주 있었습니까?

항상 그랬다	대부분 그랬다	때때로 그랬다	드물게 그랬다	전혀 그렇지 않았다
▼	▼	▼	▼	▼

- a 일이나 다른 일상적인 활동으로 보내는 시간을 줄였다..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- b 원하는 것보다 적은 양의 일을 했다..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- c 일이나 다른 일상적인 활동 중에서 할 수 없는 것이 있었다..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- d 일이나 다른 일상적인 활동을 하는 데 어려움이 있었다 (예: 더 노력을 해야 했다.)..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5

5. 지난 4주 동안에, 정서적인 문제(예: 기분이 좋지 않거나 불안을 느끼는 것) 때문에 귀하의 일이나 일상적인 활동을 하는 데 다음과 같은 문제가 얼마나 자주 있었습니까?

항상 그랬다	대부분 그랬다	때때로 그랬다	드물게 그랬다	전혀 그렇지 않았다
▼	▼	▼	▼	▼

- a 일이나 다른 일상적인 활동으로 보내는 시간을 줄였다..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- b 원하는 것보다 적은 양의 일을 했다..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- c 일이나 다른 일상적인 활동을 하는 데 평소처럼 주의를 기울이지 못했다..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5

6. 지난 4주 동안에, 귀하의 신체적인 건강 문제 혹은 정서적인 문제로 인하여, 귀하의 가족, 친구, 이웃 또는 동료들과의 정상적인 사회 활동에 어느 정도 지장이 있었습니까?

전혀 없었다	약간 있었다	어느 정도 있었다	많이 있었다	대단히 극심했었다
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

7. 지난 4주 동안에, 몸에 통증이 얼마나 많이 있었습니까?

전혀 없었다	아주 가벼운 통증이 있었다	가벼운 통증이 있었다	어느 정도 통증이 있었다	심한 통증이 있었다	아주 격심한 통증이 있었다
▼	▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6

8. 지난 4주 동안에, 귀하는 몸의 통증 때문에 정상적인 일 (집 밖의 일과 집안 일을 포함해서)을 하는 데 얼마나 지장이 있었습니까?

전혀 없었다	약간 있었다	어느 정도 있었다	많이 있었다	대단히 극심했었다
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

9. 아래의 질문들은 지난 4주 동안 귀하가 어떻게 느꼈고, 또 어떻게 지냈는지에 대한 설문입니다. 아래의 각 항목에 대하여, 귀하가 느꼈던 것과 가장 가까운 번호에 답해 주십시오. 지난 4주 동안에, 얼마나 자주 -

항상 그랬다	대부분 그랬다	때때로 그랬다	드물게 그랬다	전혀 그렇지 않았다
▼	▼	▼	▼	▼

- a. 귀하는 원기 왕성하다고 느꼈습니까? 1 2 3 4 5
- b. 귀하는 아주 초조했었습니까? 1 2 3 4 5
- c. 귀하는 아무것도 당신을 즐겁게 할 수 없을 정도로 기분이 저조했었습니까? 1 2 3 4 5
- d. 귀하는 차분하고 평온하다고 느끼셨습니까? 1 2 3 4 5
- e. 귀하는 활력이 넘쳤습니까? 1 2 3 4 5
- f. 귀하는 마음이 많이 상하고 우울했었습니까? 1 2 3 4 5
- g. 귀하는 완전히 지쳤습니까? 1 2 3 4 5
- h. 귀하는 행복했었습니까? 1 2 3 4 5
- i. 귀하는 피곤함을 느꼈습니까? 1 2 3 4 5

10. 지난 4주 동안에, 귀하의 신체적인 건강 문제 혹은 정서적인 문제로 인하여, 귀하의 사회 활동(예: 친구나 친지 방문하는 것)에 얼마나 자주 지장이 있었습니까?

항상 그랬다	대부분 그랬다	때때로 그랬다	드물게 그랬다	전혀 그렇지 않았다
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

11. 다음 각 항목에 대하여 귀하의 경우는 어디에 해당하는지 답해 주십시오.

확실히 그렇다	대체로 그렇다	잘 모르겠다	대체로 아니다	절대로 아니다
▼	▼	▼	▼	▼

- a 나는 다른 사람보다 쉽게 병에
걸리는 것 같다 1 2 3 4 5
- b 나는 내가 아는 다른
사람들만큼 건강하다 1 2 3 4 5
- c 나는 내 건강이 점점
나빠질 것이라고 예상한다 1 2 3 4 5
- d 나의 건강상태는 최고로 좋다 1 2 3 4 5

설문 조사에 응해 주셔서 감사합니다!