

**QOL-E V. 3**  
**માયેલોડિસ્પ્લાસ્ટિક સિન્ડ્રોમમાં**  
**સ્વાસ્થ્ય-સંબંધિત જીવનની ગુણવત્તા**

માયેલોડિસ્પ્લાસ્ટિક સિન્ડ્રોમ (MDS) ધરાવતા દર્દીઓનો આ એક યોગ્ય રીતે વ્યવસ્થિત રીતે ગોઠવેલો અભ્યાસ છે, જેનો ઉદ્દેશ દર્દીઓ તેમના આરોગ્ય વિશે અને તેમના લોહીના વિકાર સાથે જીવવા વિશે કેવું લાગે છે તે જાણવાનો છે.

તમારું ભાગ લેવાનું અમારા માટે ખૂબ મહત્વપૂર્ણ છે. ભાગ લેવા માટે તમારી પસંદગી નમૂના લેવાની વૈજ્ઞાનિક પ્રક્રિયા દ્વારા થઈ છે અને પસંદગી થઈ હોય તે દરેક વ્યક્તિ આ પ્રશ્નાવલિ ભરે તે મહત્વનું છે જેથી અમે સાચું ચિત્ર મેળવી શકીએ. પ્રશ્નોના તમે આપેલા જવાબો માયેલોડિસ્પ્લાસ્ટિક સિન્ડ્રોમ (MDS) માટે ઉપચાર કરવાની જરૂર હોય તેવા તમામ દર્દીઓ માટે બહેતર ઉપચારની દિશામાં દોરી જશે. પ્રશ્નાવલિ પૂર્ણ કરવામાં લગભગ 10 મિનિટ લાગશે. તમારી મદદ માટે તમારો આભાર.

**ખાનગી નોટિસ**

આ અભ્યાસમાં ભાગ લેનારાઓની ઓળખ છતી કરી શકે તેવી બધી માહિતીને ચોકસાઈપૂર્વક ખાનગી ગણવામાં આવશે, અભ્યાસ દરમિયાન માત્ર મૂલ્યાંકનના ઉદ્દેશ માટે જ તેનો ઉપયોગ થશે અને કાયદા દ્વારા જરૂરી નહીં હોય ત્યાં સુધી, અગાઉથી લીધેલી લેખિત સંમતિ વિના કોઈ પણ કારણસર પ્રગટ કે જાહેર કરાશે નહીં.

**પ્રશ્નાવલિ પૂર્ણ કરવા માટેની સૂચનાઓ**

1. તમારા માટે સાચો હોય તેવા જવાબ પર નિશાન કરીને પ્રશ્નનો જવાબ આપો.

**ઉદાહરણ તરીકે: (સાચા જવાબ પર નિશાન કરો)**

		હા	ના
a.	શું તમે સબમરીનમાં ગયા છો?.....		√

2. જો તમને પ્રશ્નનો જવાબ કેવી રીતે આપવો તેની ખાતરી ન હોય, તો શ્રેષ્ઠ જવાબ પર નિશાન કરો અને જવાબની બાજુમાં ટિપ્પણી લખો. અમે તમારી બધી ટિપ્પણીઓ વાંચીશું, જેથી તમે જેટલું ઇચ્છો તેટલું લખી શકો.

3. જો જરૂરી હોય, તો તમને પ્રશ્નાવલિ આપી હોય તે સ્ટાફને તમે સહાયતા માટે પૂછી શકો છો.

**આ અભ્યાસમાં તમારા ભાગ લેવા માટે આભાર.**

### પરિચય

1. સામાન્ય રીતે, શું તમે કહેશો કે તમારું સ્વાસ્થ્ય છે:

ઉત્તમ	સારું	સ્વીકાર્ય	નબળું
-------	-------	-----------	-------

2. એક મહિના પહેલાંની સરખામણીમાં, તમારું સ્વાસ્થ્ય છે:

વધુ સારું	સમાન	સૌથી ખરાબ	સૌથી વધુ ખરાબ
-----------	------	-----------	---------------

### શારીરિક સુખાકારી

3. છેલ્લા અઠવાડિયા દરમિયાન તમારા સ્વાસ્થ્યને કારણે તમે દરરોજ કરતા હો તેમાંની કેટલીક વસ્તુઓ કરવી તમને કદાચ મુશ્કેલ લાગ્યું હશે

		મને તે ખૂબ જ મુશ્કેલ લાગ્યું	તે મને કેટલેક અંશે મુશ્કેલ લાગ્યું	બિલકુલ મુશ્કેલ ન લાગ્યું
a.	ભારે કસરત કરવી, ઉદાહરણ તરીકે દોડવું, ફૂલવું			
b.	દાદર ચડવા			
c.	વાંકા વળવું			
d.	મારી પોતાની જાતની સંભાળ લેવી (જાતે નહાવું, જાતે કપડાં પહેરવા, જાતે જમવું).			

### કામને લગતી સુખાકારી

4. છેલ્લા અઠવાડિયા દરમિયાન, તમારા સ્વાસ્થ્યને કારણે તમને તમારી રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓમાં કઈ સમસ્યાઓ આવી હતી?

		હા	ના
a.	મારાથી થોડુંક થઈ શક્યું		
b.	મારું કામ કરતી વખતે મને વધુ થાકેલા હોવાનું લાગે છે		

5. છેલ્લા અઠવાડિયા દરમિયાન, શું તમને દિવસના વખત દરમિયાન જાગતા રહેવાનું મુશ્કેલ લાગ્યું હતું?

બધો વખત	મોટા ભાગનો વખત	અમુક વખત	ક્યારેય નહીં
---------	----------------	----------	--------------

### સામાજિક અથવા પારિવારિક જીવન

6. તમારા માનવા પ્રમાણે, શું નીચેના વિધાનો સાચાં છે કે ખોટાં?

		સાચું	મને ખબર નથી	ખોટું
a.	મારી હાલની સ્થિતિ મારા જીવનમાં વધારે પડતી દબલ કરે છે			
b.	મારા રોગને લીધે મને બોજ હોવાનું લાગે છે			
c.	મને લાગે છે કે હું મારા પરિવાર માટે ત્રાસરૂપ છું			

7. તમારું સ્વાસ્થ્ય તમને વેતન આપતી નોકરી કરતા અટકાવે છે, પછી ભલે તમે નિવૃત્તિની ઉંમરના હો કે ન હો

સાચું	ખોટું

8. છેલ્લા અઠવાડિયા દરમિયાન શું જાતીય ઉત્તેજના તમારા માટે સમસ્યા હતી?

ક્યારેય નહીં	ભાગ્યે જ	કેટલીક વખત	વારંવાર

### તમારી બીમારી સંબંધિત અસુવિધા

9. છેલ્લા અઠવાડિયા દરમિયાન, તમારા રોજિંદા ઘરના કામકાજમાં થકાવટ કેટલી વચ્ચે આવી હતી?

બિલકુલ નહીં	થોડીક/થોડોક	ઘણી/ઘણો	અતિશય

10. છેલ્લા અઠવાડિયા દરમિયાન તમને કેટલો થાક હોવાનું લાગતું હતું?

બિલકુલ નહીં	થોડીક/થોડોક	ઘણી/ઘણો	અતિશય
-------------	-------------	---------	-------

11. છેલ્લા અઠવાડિયા દરમિયાન નીચેની સમસ્યાઓથી તમને કેટલો ત્રાસ થયો હતો?

		બિલકુલ નહીં	થોડીક/થોડોક	ઘણી/ઘણો	અતિશય
a.	માથાનો દુખાવો				
b.	હૃદયના અનિયમિત ધબકારા				
c.	તમારી પોતાની સંભાળ લેવી તમને થકવી નાંખતી હતી				
d.	પથારીવશ રહેવું				

12. છેલ્લા અઠવાડિયા દરમિયાન શું તમને પૂરતી ઊંઘ મળી હતી?

હંમેશાં	વારંવાર	ભાગ્યે જ	ક્યારેય નહીં
---------	---------	----------	--------------

13. છેલ્લા અઠવાડિયા દરમિયાન દાદરા ચડતી વખતે શ્વાસ લેવામાં પડતી તકલીફ તમને ખલેલ પહોંચાડતી હતી?

ક્યારેય નહીં	કેટલીક વખત	વારંવાર	હંમેશાં
--------------	------------	---------	---------

## 14. બીમારીની કઈ અસરો તમારા રોજિદા જીવનમાં ખલેલ પહોંચાડે છે?

		બિલકુલ નહીં	થોડીક/થોડોક	અતિશય
a.	ટ્રાન્સફ્યુઝન્સ પર નિર્ભર રહેવું			
b.	ઘરકામ કરવામાં અક્ષમ			
c.	ટૂંકો અથવા લાંબા અંતરનો પ્રવાસ કરવામાં અક્ષમ			
d.	હોસ્પિટલ, ડોક્ટરો અને/અથવા નર્સો પર નિર્ભર રહેવું			
e.	બીમારીને કારણે થતો તણાવ અને ચિંતા			
f.	તમારા જાતીય જીવન પર અસર			
g.	સારવારની આડઅસરો			

નોંધ:

© કૉપીરાઈટ Esther N Oliva, Borislav D Dimitrov.

તમામ પાનાં અને ભાષાઓના અધિકારો 2002થી Esther N Oliva, Borislav D Dimitrov ને આરક્ષિત.