

QOL-E V. 3**ಮಯಲೋಡಿಸ್‌ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್‌ನಲ್ಲಿ
ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಜೀವನ ಗುಣಮಟ್ಟ**

ಇದು ಮಯಲೋಡಿಸ್‌ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ (MDS) ಹೊಂದಿರುವ ರೋಗಿಗಳ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಆಯೋಜಿಸಲಾಗುವ ಅಧ್ಯಯನವಾಗಿದ್ದು, ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ರಕ್ತದ ಕಾಯಿಲೆಯೊಂದಿಗೆ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಗನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡುವ ಉದ್ದೇಶ ಹೊಂದಿದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಯು ನಮಗೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸ್ವಾಂಛಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನದ ಮೂಲಕ ಭಾಗವಹಿಸಲು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆಗೊಂಡ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಈ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವಾದುದು, ಇದರಿಂದ ನಮಗೆ ವಾಸ್ತವ ಚಿತ್ರಣ ದೊರೆಯುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ನೀವು ನೀಡುವ ಉತ್ತರಗಳು MDS ಗಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುವ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ರೋಗಿಗಳಿಗೂ ಉತ್ತಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಎಡೆ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತವೆ. ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಸುಮಾರು 10 ನಿಮಿಷಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

ಗೌಪ್ಯತೆ ಸೂಚನೆ

ಈ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಅನುಮತಿಸುವ ಎಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿ ಗೌಪ್ಯವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಹಾಗೂ ಅಧ್ಯಯನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಕಾನೂನಿನ ಪ್ರಕಾರ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ, ಯಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಮೊದಲೇ ಲಿಖಿತ ಸಮ್ಮತಿ ಪಡೆಯದೆಯೇ ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಸೂಚನೆಗಳು

1. ನಿಮಗೆ ಸರಿಯೆನಿಸಿದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಮೂಲಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ: (ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಮಾಡಿ)

	ಹೌದು	ಇಲ್ಲ
a. ನೀವು ಜಲಾಂತರ್ಗಾಮಿ ನೌಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿದ್ದೀರಾ?.....		√

2. ಯಾವುದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಹೇಗೆ ಉತ್ತರಿಸಬೇಕೆಂದು ನಿಮಗೆ ಖಚಿತವಾಗಿ ತಿಳಿಯದಿದ್ದರೆ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿನ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಹಾಗೂ ಉತ್ತರದ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಟಿಪ್ಪಣಿಯನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ. ನಾವು ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತೇವೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ನಿಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾದಷ್ಟು ಬರೆಯಬಹುದು.

3. ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯನ್ನು ನೀಡಿದಂತಹ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಬಹುದು.

ಈ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಗಾಗಿ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

ಪರಿಚಯ

1. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಹೀಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳುವಿರಾ:

ಅತ್ಯುತ್ತಮ	ಉತ್ತಮ	ಪರವಾಗಿಲ್ಲ	ಕಳಪೆ
-----------	-------	-----------	------

2. ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದಿನದಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಹೀಗಿದೆ:

ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ	ಹಾಗೆಯೇ ಇದೆ	ಹದಗೆಟ್ಟಿದೆ	ತುಂಬಾ ಹದಗೆಟ್ಟಿದೆ
-------------	------------	------------	------------------

ದೈಹಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ

3. ಕಳೆದ ವಾರದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವು ನೀವು ಪ್ರತಿದಿನ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ನಿಮಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿರಬಹುದು

		ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟವಾಯಿತು	ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಷ್ಟವಾಯಿತು	ಏನೂ ಕಷ್ಟವಾಗಲೇ ಇಲ್ಲ
a.	ಶ್ರಮದಾಯಕವಾದ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಓಡುವುದು, ಜಿಗಿಯುವುದು			
b.	ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳನ್ನು ಹತ್ತುವುದು			
c.	ಬಾಗುವುದು			
d.	ನನ್ನ ಆರೈಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು (ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು, ಉಡುಪು ಧರಿಸುವುದು, ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದು).			

ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ಸಂಬಂಧಿತ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ

4. ಕಳೆದ ವಾರದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿದ್ದೀರಿ?

		ಹೌದು	ಇಲ್ಲ
a.	ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದೆ		
b.	ನನ್ನ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸುಸ್ತು ಎನಿಸಿತು		

5. ಕಳೆದ ವಾರದಲ್ಲಿ, ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚರವಾಗಿರಲು ನಿಮಗೆ ಕಷ್ಟವಾಯಿತೇ?

ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ	ಬಹುತೇಕ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ	ಕೆಲವು ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ	ಎಂದೂ ಇಲ್ಲ
-----------------	------------------	-----------------	-----------

ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಥವಾ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಜೀವನ

6. ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಕಾರ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಹೇಳಿಕೆಗಳು ಸರಿಯೇ, ತಪ್ಪೇ?

		ಸರಿ	ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ	ತಪ್ಪು
a.	ನನ್ನ ಪ್ರಸ್ತುತ ಸ್ಥಿತಿ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಮಾಡುತ್ತದೆ			
b.	ನನ್ನ ಕಾಯಿಲೆಯ ಕಾರಣ ನನಗೆ ಜಿಗುಪ್ಸೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ			
c.	ನನ್ನ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ನಾನೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ			

7. ನೀವು ನಿವೃತ್ತಿ ಹೊಂದುವ ವಯಸ್ಸಿನವರಿರಲಿ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲದಿರಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವು ನಿಮಗೆ ಪೇತನ ದೊರಕುವ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ತಡೆಯುತ್ತಿದೆ

ಸರಿ	ತಪ್ಪು
-----	-------

8. ಕಳೆದ ವಾರದಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರಚೋದನೆ ಹೊಂದುವಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಯಿತೇ?

ಎಂದೂ ಇಲ್ಲ	ಅಪರೂಪವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ
-----------	-----------	-----------	--------

ನಿಮ್ಮ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಅನನುಕೂಲತೆ

9. ಕಳೆದ ವಾರದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಸುಸ್ತು ನಿಮಗೆ ಎಷ್ಟು ಅಡ್ಡಿಯಾಯಿತು?

ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಸ್ವಲ್ಪ	ತುಂಬಾ	ವಿಪರೀತವಾಗಿ
-------------	--------	-------	------------

10. ಕಳೆದ ವಾರದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಎಷ್ಟು ಸುಸ್ತಾಯಿತು?

ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಸ್ವಲ್ಪ	ತುಂಬಾ	ವಿಪರೀತವಾಗಿ
-------------	--------	-------	------------

11. ಕಳೆದ ವಾರದಲ್ಲಿ, ಈ ಕೆಳಗಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಎಷ್ಟು ಬಾಧಿಸಿದವು?

		ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಸ್ವಲ್ಪ	ತುಂಬಾ	ವಿಪರೀತವಾಗಿ
a.	ತಲೆನೋವು				
b.	ಎದೆ ಡವಗುಟ್ಟುವಿಕೆ				
c.	ನಿಮ್ಮ ಆರೈಕೆ ನೀವೇ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಿಮಗೆ ಸುಸ್ತಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿತು				
d.	ಹಾಸಿಗೆ ಹಿಡಿಯುವುದು				

12. ಕಳೆದ ವಾರದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ನಿದ್ರೆ ಬಂದಿತೇ?

ಯಾವಾಗಲೂ	ಪದೇಪದೇ	ಅಪರೂಪವಾಗಿ	ಎಂದೂ ಇಲ್ಲ
---------	--------	-----------	-----------

13. ಕಳೆದ ವಾರದಲ್ಲಿ ಮೆಟ್ಟಿಲು ಹತ್ತುವಾಗ ಏದುಸಿರು ನಿಮಗೆ ಅಡಚಣೆ ಮಾಡಿತೇ?

ಎಂದೂ ಇಲ್ಲ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
-----------	-----------	--------	---------

14. ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಯಾವ ಪರಿಣಾಮಗಳು ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅಡಚಣೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ?

		ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ಸ್ವಲ್ಪ	ವಿಪರೀತವಾಗಿ
a.	ರಕ್ತಪೂರಣಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತರಾಗಿರುವುದು			
b.	ಮನೆಗೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರುವುದು			
c.	ಹತ್ತಿರದ ಅಥವಾ ದೂರದ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರುವುದು			
d.	ಆಸ್ಪತ್ರೆ, ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ನರ್ಸ್‌ಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತರಾಗಿರುವುದು			
e.	ಅನಾರೋಗ್ಯದ ಕಾರಣದಿಂದ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಚಿಂತೆ			
f.	ನಿಮ್ಮ ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನದ ಮೇಲಿನ ಪರಿಣಾಮ			
g.	ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮಗಳು			

ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳು:

© ಕೃತಿಸ್ವಾಮ್ಯ Esther N Oliva, Borislav D Dimitrov.

ಎಲ್ಲಾ ಪುಟಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಭಾಷೆಗಳಿಗೆ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಕಾಯ್ದಿರಿಸಲಾಗಿದೆ 2002 ರಿಂದ Esther N Oliva, Borislav D Dimitrov.