Farsi version of Eating Disorder Examination Questionnaire version 6.0

نسخه فارسی پرسش‌نامه معاینه اختلال تغذیه - ویرایش ۶.۰

دستورالعمل‌ها: سوالات زیر فقط مربوط به چهار هفته گذشته (۲۸ روز) می‌باشند. **لطفاً هر سوال را با دقت بخوانید**. لطفاً به تمام سوالات پاسخ دهید. متشکریم

سوالات ۱ تا ۱۲: لطفاً عدد مناسب را در سمت راست دایره کنید. به یاد داشته باشید که سوالات فقط به چهار هفته گذشته (۲۸ روز) مربوط می‌شوند.

	در **چند** روز از ۲۸ روز **گذشته**...	**هیچ** روزی	**۱ تا ۵** روز	**۶ تا ۱۲** روز	**۱۳ تا ۱۵** روز	**۱۶ تا ۲۲** روز	**۲۳ تا ۲۷** روز	**هر** روز
۱	آیا عمداً سعی کرده‌اید مقدار غذای مصرفی خود را برای تأثیر بر شکل یا وزن بدنتان محدود کنید (چه موفق شده باشید چه نه)؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۲	آیا برای مدت طولانی (۸ ساعت یا بیشتر در زمان بیداری) به منظور تأثیر بر شکل یا وزن بدنتان، اصلاً چیزی نخورده‌اید؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۳	آیا **سعی کرده‌اید** برای تأثیر بر شکل یا وزن بدنتان، غذاهایی را که دوست دارید از رژیم غذایی خود حذف کنید (چه موفق شده باشید چه نه)؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۴	آیا **سعی کرده‌اید** برای تأثیر بر شکل یا وزن بدنتان، قوانین مشخصی در مورد خوردن خود دنبال کنید (برای مثال، محدودیت کالری) (چه موفق شده باشید چه نه)؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۵	آیا تمایل قطعی داشته‌اید که معده‌تان **خالی** باشد با هدف تأثیر بر شکل یا وزن بدنتان؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۶	آیا تمایل قطعی داشته‌اید که شکمتان **کاملاً صاف** باشد؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۷	آیا فکر کردن به **غذا، خوردن یا کالری**، تمرکز بر چیزهایی که به آن‌ها علاقه دارید را بسیار دشوار کرده است (برای مثال، کار کردن، دنبال کردن	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶

© 2008 Christopher G Fairburn and Sarah Beglin. Translated from Fairburn & Beglin. Freely available for non-commercial clinical or research use and no permission need be sought. Use is non-commercial in nature (i.e. not sold, charged for, licensed, or embedded in commercial or chargeable services/products).

	مکالمه، یا مطالعه؟)							
۸	آیا فکر کردن به **شکل یا وزن بدن**، تمرکز بر چیزهایی که به آن‌ها علاقه دارید را بسیار دشوار کرده است (برای مثال، کار کردن، دنبال کردن مکالمه، یا مطالعه؟)	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۹	آیا ترس قطعی از دست دادن کنترل بر خوردن داشته‌اید؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱۰	آیا ترس قطعی داشته‌اید که ممکن است وزن اضافه کنید؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	6
۱۱	آیا احساس چاقی کرده‌اید؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	6
۱۲	آیا تمایل شدیدی برای کاهش وزن داشته‌اید؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	6

سوالات ۱۳ تا ۱۸: لطفاً عدد مناسب را در کادرهای سمت راست بنویسید. به یاد داشته باشید که سوالات فقط به چهار هفته گذشته (۲۸ روز) مربوط می‌شوند. در طول چهار هفته گذشته (۲۸ روز)....

۱۳	در طول ۲۸ روز گذشته، **چند بار** مقداری غذا خورده‌اید که دیگران آن را در آن شرایط، **مقدار غیرمعمول زیادی** تلقی کنند؟	
۱۴	در چند مورد از این موارد، احساس کرده‌اید که کنترل خوردن خود را از دست داده‌اید (در زمانی که داشتید غذا می‌خوردید)؟ ...	
۱۵	در طول ۲۸ **روز** گذشته، در چند روز چنین دوره‌هایی از پرخوری رخ داده است (یعنی مقدار غیرمعمول زیادی غذا خورده‌اید **و** در آن زمان احساس از دست دادن کنترل داشته‌اید)؟	
۱۶	در طول ۲۸ **روز** گذشته، چند بار خود را به تهوع و استفراغ واداشته‌اید به عنوان وسیله‌ای برای کنترل شکل یا وزن بدنتان؟	
۱۷	در طول ۲۸ روز گذشته، **چند بار** از ملین‌ها به عنوان وسیله‌ای برای کنترل شکل یا وزن بدنتان استفاده کرده‌اید؟	

© 2008 Christopher G Fairburn and Sarah Beglin. Translated from Fairburn & Beglin. Freely available for non-commercial clinical or research use and no permission need be sought. Use is non-commercial in nature (i.e. not sold, charged for, licensed, or embedded in commercial or chargeable services/products).

	در طول ۲۸ روز گذشته، **چند بار** به شیوه‌ای "اجباری" یا "وسواسی" ورزش کرده‌اید به عنوان وسیله‌ای برای کنترل وزن، شکل یا میزان چربی بدنتان، یا برای سوزاندن کالری؟	۱۸

سوالات ۱۹ تا ۲۱: لطفاً عدد مناسب را دایره کنید. لطفاً توجه داشته باشید که در این سوالات، اصطلاح "پرخوری افراطی" به معنای خوردن مقداری غذاست که دیگران آن را در آن شرایط غیرمعمول زیاد تلقی کنند، همراه با احساس از دست دادن کنترل بر خوردن.

هر روز	**۲۳ تا ۲۷ روز**	**۱۶ تا ۲۲ روز**	**۱۳ تا ۱۵ روز**	**۶ تا ۱۲ روز**	**۱ تا ۵ روز**	**هیچ روزی**		
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	در طول ۲۸ روز گذشته، در چند روز پنهانی غذا خورده‌اید (یعنی به طور مخفیانه؟) ... دوره‌های پرخوری افراطی را حساب نکنید.	۱۹
بیشتر اوقات	بیشتر اوقات	بیشتر از نیمی از دفعات	نیمی از دفعات	کمتر از نیمی از دفعات	چند بار از دفعات	هیچ‌کدام از دفعات		
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	در چه نسبتی از دفعاتی که غذا خورده‌اید، به خاطر تأثیر آن بر شکل یا وزن بدنتان احساس عذاب وجدان کرده‌اید (احساس کرده‌اید کار اشتباهی انجام داده‌اید؟) ... دوره‌های پرخوری افراطی را حساب نکنید.	۲۰
۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	در طول ۲۸ روز گذشته، تا چه حد نگران این بوده‌اید که دیگران شما را در حال غذا خوردن ببینند؟ ... دوره‌های پرخوری افراطی را حساب نکنید.	۲۱

سوالات ۲۲ تا ۲۸: لطفاً عدد مناسب را در سمت راست دایره کنید. به یاد داشته باشید که سوالات فقط به چهار هفته گذشته (۲۸ روز) مربوط می‌شوند.

© 2008 Christopher G Fairburn and Sarah Beglin. Translated from Fairburn & Beglin. Freely available for non-commercial clinical or research use and no permission need be sought. Use is non-commercial in nature (i.e. not sold, charged for, licensed, or embedded in commercial or chargeable services/products).

	در چند روز از ۲۸ روز گذشته...	اصلاً	کمی		تا حدودی		به طور قابل توجهی	
۲۲	آیا **وزن** شما بر نحوه فکر کردن (قضاوت) شما درباره خودتان به عنوان یک انسان تأثیر گذاشته است؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	6
۲۳	آیا **شکل بدن** شما بر نحوه فکر کردن (قضاوت) شما درباره خودتان به عنوان یک انسان تأثیر گذاشته است؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۲۴	تا چه حد ناراحت می‌شدید اگر از شما خواسته می‌شد که یک بار در هفته (نه بیشتر و نه کمتر) در طول چهار هفته آینده وزن خود را اندازه بگیرید؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	6
۲۵	تا چه حد از **وزن** خود ناراضی بوده‌اید؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۲۶	تا چه حد از **شکل بدن** خود ناراضی بوده‌اید؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	6
۲۷	تا چه حد از دیدن بدن خود احساس ناراحتی کرده‌اید (برای مثال، دیدن شکل بدنتان در آینه، در انعکاس شیشه مغازه، هنگام لباس عوض کردن یا حمام کردن)؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۲۸	تا چه حد از اینکه دیگران شکل یا اندام شما را ببینند احساس ناراحتی کرده‌اید (برای مثال، در رختکن‌های عمومی، هنگام شنا کردن، یا پوشیدن لباس‌های تنگ)؟	۰	۱	۲	۳	۴	۵	6

وزن فعلی شما چقدر است؟ (لطفاً بهترین تخمین خود را بدهید.): _____

قد شما چقدر است؟ (لطفاً بهترین تخمین خود را بدهید.):_____

© 2008 Christopher G Fairburn and Sarah Beglin. Translated from Fairburn & Beglin. Freely available for non-commercial clinical or research use and no permission need be sought. Use is non-commercial in nature (i.e. not sold, charged for, licensed, or embedded in commercial or chargeable services/products).

اگر زن هستید: آیا در طول سه تا چهار ماه گذشته، دوره‌های قاعدگی خود را از دست داده‌اید؟: بله ◯

خیر ◯

اگر بله، چند دوره؟: _____

آیا از "قرص ضدبارداری" استفاده کرده‌اید؟ بله ◯

خیر ◯

متشکریم

© 2008 Christopher G Fairburn and Sarah Beglin. Translated from Fairburn & Beglin. Freely available for non-commercial clinical or research use and no permission need be sought. Use is non-commercial in nature (i.e. not sold, charged for, licensed, or embedded in commercial or chargeable services/products).