I Příloha

Anamnestický dotazník Bariatrie

Anamnestický dotazník BARIATRIE
(Pracovní skupina Psychologické sekce ČOS ČLS JEP, r.2009)
Datum:

Jméno a příjmení**:**

Vzdělání
Bydliště: Datum narození:
Povolání: Pojišťovna:
Rodin.stav: Věk:
Děti: A-N
Ve společné domácnosti (děti, nesezdaný partner, další příbuzní, péče o osobu blízkou):

Současná váha: Výška: BMI:
Maximální váha v dospělosti mimo těhotenství:
ve věku: ... let
Minimální váha v dospělosti:
ve věku: ... let
Cíl redukce v kg:
Zdravotní stav (označte všechny možnosti):

diabetes melitus
hypertenze
nemoci pohybového aparátu
péče psychiatrická
užívání psychofarmak
péče psychologická
jiné:

A. Rodinná a osobní anamnéza hmotnosti

1. Trpí někdo **v rodině nadváhou**? ANO – NE
   a) matka *e) děti*
   b) otec *f) partner*
   c) sourozenci *g) někdo jiný*
   d) prarodiče

2. Drží někdo **v rodině redukční dietu**? ANO – NE
   Kdo?
   a) matka *e) děti*
   b) otec *f) partner*
   c) sourozenci *g) někdo jiný*
   d) prarodiče

3. Je někdo **ve vašem okolí po bariatrickém zákroku**? ANO - NE
   Kdo?
   a) matka *d) prarodiče* *g) kamarád/ka*
   b) otec *e) děti* *h) kolega/yně, soused/ka*
   c) sourozenci *f) partner* *i) jiná osoba*

4. **Jak** jste se **dozvěděli o bariatrickém zákroku**?
   a) od člověka, který je po bariatrické operaci *d) z internetu*
   b) od lékaře *e) od známého*
   c) z médií *f) jinak……..*

5. **V kolika letech** u vás začala být **váha problémem** (1 možnost)?
   a) 0-10 let *d) 31-40 let*
   b) 11-18 let *e) 41-50 let*
   c) 19-30 let *f) po 50.roce věku*

6. **Stabilita váhy** za posledních 6 měsíců:
   a) úbytek
   b) beze změny
   c) přírůstek 1-5kg
   d) přírůstek 6-10kg
   e) přírůstek 11kg a více
   f) jiná možnost

7. Vzrostla vaše **váha po** nějaké **významné události**? ANO – NE
   Vyberte všechny možností:
   a) vstup do manželství / partnerství
   b) rozvod
   c) těhotenství
   d) přechod (klimakterium)
   e) změna zaměstnání
   f) rodinné problémy
   g) problémy v zaměstnání
   h) ukončení kouření
   i) operace, úraz, nemoc
   j) léky
   k) ukončení sportovní činnosti
   l) jiné:

8. Jak si vysvětlujete **vznik** své **nadváhy**?
   a) Nevím
   b) nepravidelný jídelní režim (3-5x denně)
   c) nevhodná skladba jídla
   d) nedostatek pohybu
   e) osobní problémy
   f) pomalý metabolismus
   g) labužnictví
   i)) hormonální léčba
   j) jiné

B. Jídelní chování, včetně psychopatologie
9. Popište váš **typický den z hlediska jídla** (pracovní den, liší se víkend):

Z následujícího popisu zaznamenáme odpovědi na následující 3 otázky:

a) Stravujete se **pravidelně nebo nepravidelně**? Označte:
   pracovní týden: *pravidelně - nepravidelně*
   Označte jednu z možností:
   pracovní doba pravidelná
   nepravidelné směny
   více pracovních poměrů
   mateřská dovolená
   starobní důchod
   invalidní důchod
   v domácnosti

   víkend: *pravidelně - nepravidelně*

b) **Kolikrát denně jíte**: …..x
   Vynecháváte *některé z hlavních jídel?* *ANO – NE*
   Pokud ano, které: a) snídaně
   b) oběd
   c) večeře
   Pokud ano, kolikrát týdně se to stává: ……x
   Přidáváte si*? ANO – NE*

Dojídání *se mezi jídly:* *ANO – NE*

c) **Největší porci** potravy sníte

a) ráno
b) v poledne
c) odpoledne
d) večer
e) jíte málo a stále

10. Jíte raději **o samotě**? ANO – NE

11. Jíte **rychle**? ANO – NE

12. Jakým **potravinám dáváte přednost**?

a) tučné
b) sladké
c) mléčné výrobky
d) pečivo
e) maso, masné výrobky
f) bez preference
g) jiné

13. Vyjmenujte **oblíbená jídla**: (denně, x týdně, měsíčně, ročně)

14. Jakým **nápojům dáváte přednost**?

a) neslazené, s umělým sladidlem
b) sladké
c) mléčné
d) jiné

15. **Sladíte**

a) cukrem
b) umělým sladidlem
c) medem
d) nesladím

16. Pijete **alkoholické nápoje?**

a) abstinence
b) příležitostně
c) *pravidelně (co, kolik)*

17. Užíval jste nebo užíváte **drogy,** jiné návykové látky? ANO NE

a) černá káva
b) cigarety, doutníky
c) jiné

18. **Ve srovnání s ostatními** jíte

a) stejně
b) méně
c) více

19. Jak často míváte **pocity hladu**?

a) vůbec ne
b) jen při redukční dietě
c) trvale
d) při vynechání obvyklého jídla
e) v určitou denní dobu
f) jiné

20. Honí vás často **mlsná**? ANO – NE
Jak to řešíte?

Chutě plácá? ANO – NE

21. Stane se vám někdy, že se **v noci** probudíte a jdete se **najíst**? ANO – NE

22. Pokud ano, **jak často se** Vám **to stává**?
    a) výjimečně
    b) jednou za měsíc
    c) několikrát měsíčně
    d) 1x za týden
    e) několikrát týdně
    f) denně

23. **Kolikrát za noc** se jdete najíst?
    a) vůbec
    b) 1x
    c)
    c) 2x
    d) více než 2x

24. **Uzobáváte** během dne? ANO – NE

    Pokud ano, za jakých okolností (popište):

25. Pokud jste **vystresovaný/á**, ovlivňuje to vaše jídelní chování ANO - NE
    a) jídlo s vyšší kalorickou hodnotou
    b) větší množství jídla bez ohledu na jeho kalorickou hodnotu
    c) obojí
    d) nemohu jíst
    e) jídelní chování je neměnné

26. Pokusil/a jste se **sám/sama** někdy zredukovat váhu **ovlivňováním zažívacích procesů v těle**? ANO - NE

    Pokud ano, použil/a jste (označte veškeré uváděné možnosti)

    diuretika
    laxancia
    vynucené zvracení
    čaj ze senny
    jiný způsob: ……..

27. **Kolikrát v týdnu** se vám stane, že se **přejíte**?

    a) 1-2x
    b) ob den
    c) denně

    Za jakých je to okolností (popište):

28. Znáte pocit **nepříjemného přesycení**? (Stává se vám někdy, že jíte a jíte, dokud vás nezarazí pocit nevolnosti?) ANO – NE
    Pokud ano, za jakých okolností?

    Jak často?
    (Případně: „Povězte mi o tom něco“)

29. Jíte více **bez zábran když jste sám/sama?** ANO – NE

30. Popiště mi vaše **předchozí redukční pokusy**:
Z vyprávění zaznamenat
a) Kolikrát se v minulosti sažili zhubnout:

Redukční pokus	***I.***	***II.***	***III.***	***IV.***	***V.***
Ve věku (roky)					
Metoda hubnutí					
Váhový úbytek (kg)					
Za jak dlouho (měs., roky)					
Doba udržení úbytku (měs., roky)					

b) Kdy **naposledy** jste záměrně hubli?

31. Užíval/a jste nějaké **léky na hubnutí** vázané na předpis? ANO – NE
Kdo Vám je doporučil?
a) Lékař
b) Lékárník
c) rodina
d) kamarád, známý
e) další osoba

32. **Předchozí bariatrické zákroky**: ANO – NE
Pokud ano, před kolika lety:
typ zákroku:

33. Jak to u Vás vypadá s **pohybovou aktivitou** – jakýkoliv pohyb, nejen cvičení (dle odpovědi zaznamenáme)?
*Pohyb **nyní*** A NO - NE
***Typ** pohybu:* *procházky*
turistika
cvičení – jaké
kolo
***Frekvence** (pravidelnost):* *denně*
několikrát do týdne
1-2x týdně
2x za měsíc
méně často
*Pohyb **v minulosti*** ANO – NE
Pokud ano jaký:

*Sklony k **excesivnímu cvičení*** ANO – NE

D. Znalosti morbidní obezity a motivace k bariatrické intervenci

33. Důvody **proč právě nyní** hubnete (označte všechny možnosti):

a) zdravotní
b) neplodnost
c) pohyblivost
d) společenské
e) tlak okolí
f) vadí to partnerovi
g) estetické důvody
h) požadavek lékaře
i) strach z budoucnosti
j) pracovní
k) *další:*
l) nespokojenost se sebou
m) návrat ke sportu

34. **Kdy** jste se rozhodl/a zhubnout pomocí **operace**?

Jaký typ operace: bandáž, tubulizace, bypass
Co od operace očekáváte?

35. **Kdo o** zvažovaném bariatrickém **výkonu ještě ví**? (všechny možnosti)

a) matka
b) otec
c) partner
d) děti
e) další příbuzný
f) někdo z přátel
g) někdo ze spolupracovníků
h) jiná osoba

(36. Popište mi, jak bude vypadat váš **život po bariatrickém výkonu**.
(Pokud nezmíní spontánně, doptat se na:)
a) jídelní režim
b) rodina
c) práce)

37. Znáte **pooperační režim** a změny, které operace přinese do vašeho života? (Popis pacientových představ.)

38. **Informovanost** pacienta **o principu operace a pooperačním režimu**
(hodnotí snímatel dotazníku/psycholog):
a) žádná
b) orientační
c) podrobná

39. Informovat o možnosti **docházky do podpůrné skupiny** (banding klub, internetový banding www.bandingklub.cz, apod.). Dále označte:

dosud neprovedeno – provedeno dříve – provedeno nyní

E. Životní situace

E. Životní situace

40. Čeká vás v následujících 12 měsících nějaká **mimořádná událost**?
(Označte všechny z možností.)

a) změna práce
b) změna bydliště
c) narození dítěte, vnoučete
d) svatba
e) rozvod
f) očekávané úmrtí blízké osoby
g) dlouhodobá léčba nebo významný zákrok
h) jiné…

41. Máte v současné době v životě nějaké **starosti**? ANO – NE
Pokud ano, popište:

42. Byl/a jste **někdy psychiatricky/psychologicky léčen/a**? ANO – NE

*a) Pokud ano, berete nyní nebo bral/a jste nějaká **psychofarmaka**?* ANO – NE
Jak a proč:

*b) Pokud ano, byl/a jste **hospitalizován/a na psychiatrii** (i v dětství)?* ANO – NE
Kolikrát a z jakého důvodu:

*c) Pokud ne, je toto vaše **první setkání s psychologem**?* ANO – NE

43. Napadlo vás **v současnosti** vyhledat odbornou psychologickou/psychiatrickou pomoc?
ANO – NE

a) Pokud ano, z jakého důvodu?

b) Pokusil/a jste se o to? ANO – NE

44. Bylo vám někdy v životě tak nedobře, že jste jej chtěl/a skončit či měl/a **chuť si ublížit, poškodit se, zabít se**? ANO – NE

a) Pokud ano, z jakého důvodu?

b) Pokusil/a jste se o to? ANO – NE

II Příloha

Dotazník jídelních zvyklostí

Jméno: …… Příjmení: …… Datum narození: ……
Výška: ……cm Váha: ……..kg Datum vyplnění: ……

DOTAZNÍK JÍDELNÍCH ZVYKLOSTÍ

(A. J. Stunkard, S. Messick, J. Psychosomatic Research, Vol. 29, No. 1, pp. 71-73, 1985)
(Centrum pro diagnostiku a léčbu obezity, V. Hainer, M. Kunešová, M. Wagenknecht))

Zakroužkujte u prohlášení na této stránce S nebo N (S = souhlasím, N = nesouhlasím) a u otázek na následující straně zakroužkujte ta čísla nad odpovědí, která Vás v současné době nejlépe vystihují.

1.	Když cítím vůni smažícího se řízku nebo když vidím plátek šťavnatého masa, je pro mne velmi obtížné odolat pokušení dát se do jídla.	**S**	N	2
2.	Při společenských příležitostech jako jsou návštěvy, pikniky apod. se obvykle pořádně najím.	**S**	N	2
3.	Obvykle bývám stále tak hladový, že jim častěji než třikrát denně.	**S**	N	3
4.	Když sním svou denní dávku kalorií (kilojoulů), jsem obvykle smířen s tím, že již nebudu nic jíst.	**S**	N	1
5.	Jakékoliv dodržování redukční diety je pro mne nesmírně těžké, protože mám hned velký hlad.	**S**	N	3
6.	S rozmyslem si beru jen malé porce, abych tak kontroloval svou váhu.	**S**	N	1
7.	Když mi jídlo moc chutná, tak nepřestanu jíst, i když už nejsem hladový.	**S**	N	2
8.	Jelikož mívám často hlad, přál bych si, aby mi odborník během jídla řekl, zda již mám dost, anebo že si mohu dovolit ještě něco navíc sníst.	**S**	N	3
9.	Pociťuji-li úzkost, obvykle něco jím.	**S**	N	2
10.	Život je příliš krátký na to, aby si člověk dělal starosti s tím, co jí.	S	**N**	1
11.	Jelikož má váha kolísá nahoru a dolů, musel jsem již více než jedenkrát dodržovat redukční dietu.	**S**	N	2
12.	Často se cítím tak hladový, že prostě musím něco sníst.	**S**	N	3
13.	Když se někdo, s kým jsem u stolu, přejídá, neodolám a obvykle se též přejídám.	**S**	N	2
14.	Mám celkem dobrý přehled o energetické hodnotě běžných jídel.	**S**	N	1
15.	Někdy, když začnu jíst, nejsem schopen přestat.	**S**	N	2
16.	Vůbec mi nečiní potíže, ponechat něco na talíři.	S	**N**	2
17.	V určitou denní dobu mívám hlad, protože jsem v tu dobu zvyklý/á jíst.	**S**	N	3
18.	Jestliže dodržuji dietu a jím jídlo, které není vhodné, záměrně jím pomaleji, abych ho vychutnal.	**S**	N	1
19.	Když jsem s někým, kdo často jí, dostanu hned pocit hladu, a musím též jíst.	**S**	N	3
20.	Mám-li pocit sklíčenosti, tak se přejídám.	**S**	N	2
21.	Mám natolik rád jídlo, že si ho nebudu kazit počítáním kalorií a hlídáním své váhy.	S	**N**	1
22.	Když vidím skutečnou delikatesu, dostanu často takový hlad, že musím ihned začít jíst.	**S**	N	3
23.	Často přestanu jíst, i když nemám pocit nasycení, a to proto, že chci vědomě omezit množství toho, co sním.	**S**	N	1
24.	Mívám takový hlad, že mám pocit, že je můj žaludek bezednou nádobou.	**S**	N	3
25.	Moje váha se v posledních deseti letech nezměnila.	S	**N**	2
26.	Jsem vždy tak hladový, že je pro mne těžké přestat jíst dříve, než je můj talíř prázdný.	**S**	N	3
27.	Když mám pocit smutku a osamění, utěšuji se jídlem.	**S**	N	2
28.	Vědomě se držím zpět při jídle, abych nepřibral na váze.	**S**	N	1
29.	Někdy mívám velký hlad pozdě večer nebo v noci.	**S**	N	3
30.	Jím cokoliv chci, a kdykoliv chci.	S	**N**	1
31.	Aniž o tom přemýšlím, jím pomalu.	S	**N**	2

32. Počítám si kalorie, abych vědomě kontroloval svou váhu. **S** N 1

33. Některá jídla nejím, protože po nich tloustnu. **S** N 1

34. Mám vždy takový hlad, že mohu jíst kdykoliv. **S** N 3

35. Velkou pozornost věnuji změnám své postavy. **S** N 1

36. Jestliže při redukční dietě sním nevhodné jídlo, jím poté okázale i další vysoce kalorická jídla. **S** N 2

37. Jak často dodržujete dietu, abyste měl pod kontrolou svou váhu?

1	**2**	**3**	**4**	**1**
zřídka	občas	obvykle	stále	

38. Ovlivňují výkyvy Vaší váhy o 2-3 kg způsob Vašeho života?

1	**2**	**3**	**4**	**1**
vůbec ne	jen lehce	středně	velmi mnoho	

39. Jak často míváte pocit hladu?

1	**2**	**3**	**4**	**3**
pouze v době před hlavním jídlem	někdy mezi jídly	často mezi jídly	téměř trvale	

40. Pomáhá Vám pocit viny při přejídání regulovat příjem potravy?

1	**2**	**3**	**4**	**1**
nikdy	zřídka kdy	často	vždy	

41. Jak by bylo pro vás obtížné skončit jedení uprostřed hlavního jídla a nejíst nic v následujících čtyřech hodinách?

1	**2**	**3**	**4**	**3**
lehké	trochu obtížné	středně obtížné	velmi obtížné	

42. Jak dalece si uvědomujete to, co jíte?

1	**2**	**3**	**4**	**1**
vůbec ne	jen trochu	středně	velmi	

43. Jak často se vyhýbáte tomu , abyste ve spíži neshromažďovali „lákavá“ jídla?

1	**2**	**3**	**4**	**1**
téměř nikdy	zřídka	obvykle	stále	

44. Jak je pravděpodobné, že nakupujete cíleně nízkoenergetické potraviny? 1

1	**2**	**3**	**4**
nepravděpodobné	málo pravděpodobné	pravděpodobné	velmi pravděpodobné

45. Jíte uváženě v přítomnosti druhých, zatímco, jste-li osamocen, jíte bez zábran? 2

1	**2**	**3**	**4**
nikdy	zřídka	často	vždy

46. Jak je pravděpodobné, že vědomě jíte pomalu, abyste snížili výdaje za jídlo? 1

1	**2**	**3**	**4**
nepravděpodobné	málo pravděpodobné	pravděpodobné	velmi pravděpodobné

47. Jak často ponecháte své oblíbené jídlo, když už nemáte hlad? -3

1	**2**	**3**	**4**
téměř nikdy	zřídka	alespoň 1x týdně	téměř každý den

48. Jak je pravděpodobné, že úmyslně jíte méně než chcete?

1	**2**	**3**	**4**	**1**
nepravděpodobné	málo pravděpodobné	pravděpodobné	velmi pravděpodobné	

49. Pokračujete v přejídání, ačkoliv již nemáte pocit hladu?

1	**2**	**3**	**4**	**2**
nikdy	zřídka	občas	alespoň 1x týdně	

50. Podle stupnice 0 až 5 si berte číslo, které odpovídá Vašemu stylu jídla, "0" znamená, že jídlo neomezujete (jíte cokoliv, co chcete a kdykoliv chcete) a "5" znamená, že se v jídle musíte trvale omezovat. 1

0 Jíte cokoliv chcete, kdykoliv chcete
1 Obvykle jíte cokoliv chcete, kdykoliv chcete
2 Poměrně často jíte cokoliv chcete, kdykoliv chcete
3 Často omezujete příjem potravy, ale často to také "vzdáte"
4 Obvykle omezujete příjem potravy, zřídka to porušíte
5 Trvale omezujete příjem potravy a nikdy tento režim neporušíte

51. Jak dalece se shoduje níže uvedené prohlášení s Vaším jídelním chováním? 2
"Začínám s dietou ráno, ale vzhledem k řadě událostí, které se během dne přihodí, do večera dodržování diety vzdám a pak sním vše, na co mám chuť, přičemž si slíbím, že začnu s dietou opět zítra."

Toto prohlášení mému chování:

1	**2**	**3**	**4**
vůbec neodpovídá	trochu odpovídá	docela dobře odpovídá	stoprocentně odpovídá

Děkujeme Vám za čas, který jste strávili s vyplněním tohoto dotazníku.

II. Příloha

OWLQOL
WRSM

Vaše pocity ohledně nadváhy

Následuje seznam tvrzení o kvalitě života v souvislosti s nadváhou a pokusy o zhubnutí. U každého následujícího tvrzení označte křížkem ☒ jeden čtvereček, který v současnosti nejlépe vystihuje Vaši odpověď.

Projděte si, prosím, znovu otázky, na které jste odpovídal/a, a zkontrolujte, že jste žádnou

	VŮBEC NE	SKORO NE	PONĚKUD	STŘEDNĚ	CELKEM DOST	HODNĚ	NEJVÍCE
1. Kvůli své nadváze se snažím nosit oblečení, které zakrývá mé proporce *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
2. Rozčiluje mě, že mám kvůli své váze méně energie. (*Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
3. Kvůli nadváze se cítím při jídle provinile. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
4. Vadí mi, co si ostatní povídají o mé nadváze. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
5. Kvůli nadváze se snažím vyhýbat tomu, aby mě někdo fotografoval. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
6. Kvůli nadváze musím věnovat hodně pozornosti osobní hygieně. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
7. Nadváha mně brání dělat to, co bych chtěl/a. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
8. Mám obavy z toho, že moje nadváha představuje pro tělo velkou fyzickou zátěž. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
9. Vadí mi, že nemohu kvůli své váze jíst to, co ostatní. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
10. Jsem nešťastný/á deprimovaný/á kvůli své nadváze. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
11. Připadám si ošklivý/á kvůli své nadváze. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
12. Mám obavy z budoucnosti kvůli nadváze. (*Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
13. Závidím štíhlým lidem. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
14. Mám pocit, že si mě lidé kvůli mé nadváze prohlížejí. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
15. Je pro mě těžké přijmout svoje tělo kvůli nadváze. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
16. Mám strach, že to, co zhubnu, zase přiberu. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
17. Snadno ztrácím odhodlání, když se snažím zhubnout. *(Označte, prosím, jednu odpověď.)*	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6

nevynechal/a a obraťte na další stránku ke druhému dotazníku.

Příznaky způsobené nadváhou a do jaké míry vám vadí

U každé z uvedených otázek si přečtěte seznam příznaků a zakřížkujte čtvereček ☒, který nejlépe vystihuje Vaši odpověď.

a. Měla jste v posledních 4 týdnech následující příznaky?			b. Pokud ano, jak moc Vám, tyto příznaky vadily?						
NE	ANO	PŘÍZNAKY	VŮBEC NE	SKORO NE	PONĚKUD	STŘEDNĚ	CELKEM DOST	HODNĚ	NEJVÍCE
☐ 0	☐ 1	dýchavičnost	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	únava	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	potíže se spaním	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	citlivost na chlad	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	nadměrná žízeň	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	zvýšená podrážděnost	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	bolesti zad	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	časté močení	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	bolesti kloubů (kyčle, kolena apod.)	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	zadržování tekutiny (vody) v těle	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	potíže s chodidly (bolest, křeče, apod.)	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	citlivost na horko	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	chrápání	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	zvýšená chuť k jídlu	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	únik moči	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	slabost, motání hlavy	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	zvýšená potivost	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	ztráta sexuální touhy	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	snížená fyzická výdrž	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6
☐ 0	☐ 1	podráždění kůže	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5	☐ 6

Projděte si, prosím, znovu otázky, na které jste odpovídal/a, a zkontrolujte, že jste žádnou nevynechal/a.

Děkujeme za vyplnění dotazníku!