

# Шкала оценки усталости: Fatigue Assessment Scale (FAS)

Следующие десять положений относятся к Вашему обычному, повседневному самочувствию. По каждому положению Вы можете выбрать одну из пяти категорий ответов, варьирующих от «Никогда» до «Всегда». Пожалуйста, обведите кружком ответ к каждому вопросу, который применим к Вам. Пожалуйста, дайте ответ на каждый вопрос, даже если вы не имеете каких-либо жалоб на данный момент.

1. **Никогда**
2. **Иногда** (примерно раз в месяц или реже)
3. **Регулярно** (примерно несколько раз в месяц)
4. **Часто** (примерно еженедельно) и
5. **Всегда** (примерно каждый день)

	Никогда	Иногда	Регулярно	Часто	Всегда
1. Меня беспокоит усталость					
2. Я устаю очень быстро					
3. Я не могу сделать многое в течение дня					
4. У меня достаточно энергии для повседневной жизни					
5. Физически я чувствую себя изнурённым					
6. У меня есть проблемы с тем, чтобы что-то начать делать					
7. У меня проблемы с ясностью мышления					
8. У меня нет никакого желания делать что-нибудь					
9. Я чувствую себя умственно истощённым					
10. Когда я что-то делаю, я могу достаточно хорошо сконцентрироваться					

## Список литературы

1. Drent M, Lower EE, De Vries J. Sarcoidosis-associated fatigue. Eur Respir J 2012; 40: 255–263. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22441750>
2. Kleijn WPE, De Vries J, Wijnen PAHM, Drent M. Minimal (clinically) important differences for the Fatigue Assessment Scale in sarcoidosis. Respir Med 2011; 105: 1388-95. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21700440>
3. De Vries, Michielsen H, Van Heck GL, Drent M. Measuring fatigue in sarcoidosis: the Fatigue Assessment Scale (FAS). Br J Health Psychol 2004; 9: 279-91. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15296678>

