

Spørreskjema for måling av utmattelse: Fatigue Assessment Scale (FAS)

I følgende skjema står 10 utsagn som gjelder hvordan du normalt føler deg.

Vennligst sett ring rundt det svaralternativet som passer best. Vennligst gi et svar til hvert spørsmål, selv om du ikke har plager for øyeblikket.

Til hvert utsagn kan du velge mellom 5 svaralternativ rangert fra aldri til alltid,

1. aldri
2. sjelden (én gang i måneden eller sjeldnere)
3. regelmessig (noen ganger i måneden)
4. ofte (ukentlig)
5. alltid (daglig)

	aldri	sjelden	regelmessig	ofte	alltid
1. Jeg har problemer med utmattelse.					
2. Jeg blir lett trøtt.					
3. Jeg gjør for lite hver dag.					
4. Jeg har nok energi					
5. Fysisk føler jeg meg utslitt.					
6. Jeg har problemer med å komme i gang med aktivitet.					
7. Jeg har problemer med å tenke klart.					
8. Jeg liker ikke å forsøke noe nytt.					
9. Mentalt føler jeg meg utslitt.					
10. Når jeg er opptatt med noe klarer jeg lett å holde hodet klart.					

Referanser

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>

