

FertiQoL International

Kidadi cha Ubora wa Maisha ya Utasa (2008)

Kwa kila swali, tafadhali weka tiki (weka tiki kwenye kisanduku) kwa majibu ambayo yanaangazia kwa karibu unavyofikiria na kuhisi. Linganisha majibu yako na mawazo na hisia zako za sasa. Baadhi ya maswali yanaweza kuhusiana na maisha yako ya kibinafsi, lakini ni ya maana ili kupima hali zote za maisha yako.

Tafadhali kamilisha vipengee vilivyowekwa kinyota (*) ikiwa tu una mpenzi.

Kwa kila swali, weka alama kwa jibu lililo karibu na Mawazo na hisia zako za sasa:		Mbaya Sana	Mbaya	Sio Nzuri au Mbaya	Nzuri	Nzuri Sana
A	Unawezaje kukadiriya afya yako?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kwa kila swali, weka tiki kwenye jibu lililo karibu na mawazo na hisia zako za sasa		Sijaridhika kabisa	Sijaridhika	Sijaridhika au kutoridhika	Nimeridhika	Nimeridhika Kabisa
B	Je, umeridhika na ubora wa maisha yako?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kwa kila swali, weka tiki kwenye jibu lililo karibu na mawazo na hisia zako za sasa		Kabisa	Pakubwa	Kiasi	Sio sana	Hata kidogo
S1	Je, uwezo wako wa kuwa mwangalifu na makini unaharibiwa na mawazo ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S2	Je, unafikiri huwezi kuendelea mbele na malengo na mipango mingine ya maisha kwa sababu ya matatizo ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S3	Je, unahisi udhaifu au uchovu kwa sababu ya matatizo ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S4	Je, unahisi unaweza kuvumilia matatizo yako ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kwa kila swali, weka tiki kwenye jibu lililo karibu na mawazo na hisia zako za sasa		Sijaridhika kabisa	Sijaridhika	Sijaridhika au kutoridhika	Nimeridhika	Nimeridhika Kabisa
S5	Je, umeridhika na usaidizi unaopata kutoka kwa marafiki kuhusiana na matatizo yako ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
*S6	Je, umeridhika na uhusiano wako wa kimapenzi hata kama una matatizo ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kwa kila swali, weka tiki kwenye jibu lililo karibu na mawazo na hisia zako za sasa		Kila wakati	Mara kwa mara	Mara kadhaa	Sio sana	Kamwe
S7	Je, matatizo yako ya utasa yanasababisha hisia za wivu na kinyongo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S8	Je, wewe uhuzunika na/au kuwa na hisia za hasara kuhusu kutoweza kupata mtoto (au watoto zaidi)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S9	Je, wewe huwa na hisia za matumaini na kukata tamaa kwa sababu ya matatizo ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S10	Je, umetengwa kijamii kwa sababu ya matatizo ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
*S11	Je, wewe na mpenzi wako mnapendana hata kama mna matatizo ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S12	Je, matatizo yako ya utasa yanaingilia kazi au majukumu yako ya kila siku?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S13	Je, unahisi ugumu kuhudhuria hafla za jamii kama vile likizo na maadhimisho kwa sababu ya matatizo yako ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S14	Je, unahisi familia yako wanaweza kuelewa unachokipitia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kwa kila swali, weka tiki kwenye jibu lililo karibu na mawazo na hisia zako za sasa		Kwa kiwango Kikubwa	Sana	Kiwango Kidogo	Kidogo	Hata kidogo
*S15	Je, matatizo ya utasa yameimarisha ahadi yako kwa mpenzi wako?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S16	Je, unasikitika na kupata msongo wa mawazo kuhusu matatizo yako ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S17	Je, matatizo yako ya utasa yanakufanya ujihisi mtu wa chini kwa watu wenye watoto?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S18	Je, unasumbuliwa na uchovu kwa sababu ya matatizo ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
*S19	Je, matatizo ya utasa yameathiri mahusiano yako na mpenzi wako?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
*S20	Je, unaona ni vigumu kuongea na mpenzi wako kuhusu hisia zako zinazohusiana na utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
*S21	Je, umeridhika na uhusiano wako hata kama mna matatizo ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S22	Je, unahisi msukumo wa jamii wa kuwa na mtoto mmoja (au watoto) zaidi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S23	Je, matatizo yako ya utasa yanakufanya ukasirike?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S24	Je, unahisi maumivu na matatizo ya kimwili kwa sababu ya matatizo ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

FertiQoL International

Kipimo cha Matibabu ya Hiari

Je, umeanza matibabu ya utasa (hii inajumuisha ushauri au mwingiliano wowote wa matibabu)? Ikiwa Ndiyo, basi tafadhali jibu maswali yafuatayo. Kwa kila swali, tafadhali weka tiki (weka tiki kwenye kisanduku) kwa majibu ambayo yanayoangazia kwa karibu unavyofikiria na kuhisi. Linganisha majibu yako na mawazo na hisia zako za sasa. Baadhi ya maswali yanaweza kulingana na maisha yako ya kibinafsi, lakini ni ya maana ili kupima hali zote za maisha yako.

	Kwa kila swali, weka tiki kwenye jibu lililo karibu na mawazo na hisia zako za sasa	Kila wakati	Mara kwa mara	Mara kadhaa	Sio sana	Hata
T1	Je, matibabu ya utasa yanaathiri vibaya hisia zako?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T2	Je, huduma za matibabu ya utasa ambayo ungependelea yanapatikana kwako?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Kwa kila swali, weka tiki kwenye jibu lililo karibu na mawazo na hisia zako za sasa	Kwa kiwango Kikubwa	Sana	Kiwango Kidogo	Kidogo	Hata kidogo
T3	Ni vigumu kiasi kushughulika na utaratibu na/au usimamizi wa dawa za matibabu yako ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T4	Je, unasumbuka na madhara ya matibabu kwa shughuli zako za kila siku au zinazohusiana na kazi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T5	Je, unahisi wahudumu katika kliniki ya utasa wanaelewa unachokipitia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T6	Je, unasumbuka na madhara ya kimwili kwa sababu ya dawa na matibabu ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Kwa kila swali, weka tiki kwenye jibu lililo karibu na mawazo na hisia zako za sasa	Sijaridhika kabisa	Sijaridhika	Sijaridhika au kutoridhika	Nimeridhika	Nimeridhika Kabisa
T7	Je, umeridhika na ubora wa huduma zinazopatikana ili kushughulikia mahitaji yako ya kihisia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T8	Unaweza kukadiria aje upasuaji na/au matibabu unayopokea?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T9	Unaweza kukadiria aje ubora wa maelezo unayopokea kuhusu dawa, upasuaji na/au matibabu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T10	Je, umeridhika na uhusiano wako na wahudumu katika kliniki ya utasa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>