FertiQol International

ජීවිතයේ සාඵල්‍යතා ගුණාත්මකභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්නාවලිය (2008)

සෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහාම කරුණාකර ඔබ සිතන හා ඔබට දැනෙන දේ වඩාත් හොඳින් නිරූපණය කරන ප්‍රතිචාරය ඉදිරියෙන් ඇති කොටුවේ හරි ලකුණ යොදන්න.ඔබේ පිළිතුරු ඔබේ වර්තමාන සිතිවිලි හා හැඟීම්වලට අදාළ කර ගන්න. ඇතැම් ප්‍රශ්න ඔබේ පුද්ගලික ජීවිතයට සම්බන්ධ විය හැකි වන නමුත් ඔබේ ජීවිතයේ සියලුම අංශ ප්‍රමාණවත් ලෙස මැනීම සඳහා ඒවා අවශ්‍ය වේ. **කරුණාකර ඔබට සහකාරයෙක්/ සහකාරියක් සිටින්නේ පමණක් තරු ලකුණ (*) යොදා ඇති ප්‍රශ්න සම්පූර්ණ කරන්න.**

	සෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහාම ඔබේ වර්තමාන සිතිවිලි හා හැඟීම්වලට සමීපම ප්‍රතිචාරය තෝරන්න	ඉතා දුර්වලයි	දුර්වලයි	හොඳ හෝ දුර්වල නැත	හොඳයි	ඉතා හොඳයි
A	ඔබ ඔබේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය තක්සේරු කරන්නේ කෙසේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
	සෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහාම ඔබේ වර්තමාන සිතිවිලි හා හැඟීම්වලට සමීපම ප්‍රතිචාරය තෝරන්න	දැඩි ලෙස සෑහීමකට පත්නොවේ	සෑහීමකට පත්නොවේ	සෑහීමකට පත් වන්නේද නොවන්නේද නැත	සෑහීමකට පත්වේ	ඉතාම සෑහීමකට පත්වේ
B	ඔබේ ජීවිතයේ ගුණාත්මකභාවය පිළිබඳව ඔබ සෑහීමකට පත් වන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
	සෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහාම ඔබේ වර්තමාන සිතිවිලි හා හැඟීම්වලට සමීපම ප්‍රතිචාරය තෝරන්න	සම්පූර්ණයෙන්ම	සෑහෙන ප්‍රමාණයකට	සාමාන්‍ය වශයෙන්	එතරම් නැත	කිසිසේත්ම නැත
Q1	ඔබේ අවධානය හා ඒකාග්‍රතාව මඳසරුභාවය පිළිබඳ සිතුවිලි නිසා දුර්වල වී තිබේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q2	සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න නිසා ඔබට ජීවිතයේ වෙනත් ඉලක්ක හා සැලසුම් සම්බන්ධයෙන් ඉදිරියට කටයුතු කළ නොහැකි බව සිතෙනවාද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q3	සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න නිසා ඔබ මහන්සියට හෝ වෙහෙසට පත්ව තිබෙන්නේ යැයි දැනෙන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q4	ඔබට ඔබේ සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න වලට මුහුණ දිය හැකි යැයි සිතන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
	සෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහාම ඔබේ වර්තමාන සිතිවිලි හා හැඟීම්වලට සමීපම ප්‍රතිචාරය තෝරන්න	දැඩි ලෙස සෑහීමකට පත්නොවේ	සෑහීමකට පත්නොවේ	සෑහීමකට පත් වන්නේද නොවන්නේද නැත	සෑහීමකට පත්වේ	ඉතාම සෑහීමකට පත්වේ
Q5	ඔබේ සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න සම්බන්ධයෙන් මිතුරන්ගෙන් ලැබෙන සහයෝගය පිළිබඳව ඔබ සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
*Q6	ඔබට සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න තිබුන ද ඔබේ ලිංගික සබඳතාව පිළිබඳව ඔබ සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
	සෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහාම ඔබේ වර්තමාන සිතිවිලි හා හැඟීම්වලට සමීපම ප්‍රතිචාරය තෝරන්න	සෑමවිටම	බොහෝවිට	සෑහෙනවිට	ඇතැම් විට	කිසිදිනක නැත
Q7	ඔබේ සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න හේතුවෙන් ඔබට ඊර්ෂ්‍යාවක් හා අමනාපයක් හැඟෙන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q8	දරුවෙක් (හෝ තවත් දරුවන්) ලබා ගැනීමට නොහැකි වීම පිළිබඳව ඔබ ශෝකය සහ/හෝ අහිමිවීම පිළිබඳ හැඟීම් අත්විදින්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q9	සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න නිසා ඔබ බලාපොරොත්තුව හා බලාපොරොත්තු කඩවීම අතර දෝලනය වන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q10	සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න නිසා ඔබ සාමාජීය වශයෙන් කොන්වී සිටින්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
*Q11	ඔබට සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න තිබුන ද ඔබ සහ ඔබේ සහකරුවා/ සහකාරිය අතර ආදරණීය සබඳතාවක් තිබෙන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q12	ඔබේ සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න ඔබේ එදිනෙදා වැඩ හෝ වගකීම්වලට බාධාවක් වන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q13	ඔබේ සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න නිසා ඔබට නිවාඩු හා සංවත්සර වැනි සාමාජීය උත්සවවලට සහභාගීවීමට අපහසුතාවක් හැඟෙන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q14	ඔබ අත්විඳින දේ පිළිබඳව ඔබේ පවුලේ සාමාජිකයින්ට අවබෝධ කර ගත හැකි බවට ඔබ හැඟෙන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
	සෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහාම ඔබේ වර්තමාන සිතිවිලි හා හැඟීම්වලට සමීපම ප්‍රතිචාරය තෝරන්න	අතිශයින්ම විශාල ප්‍රමාණයකට	විශාල ප්‍රමාණයකට	සාමාන්‍ය ප්‍රමාණයකට	ටිකක්	කිසිසේත්ම නැත
*Q15	සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න ඔබේ සහකරුවා/ සහකාරි වෙනුවෙන් වූ ඔබේ කැපවීම ශක්තිමත් කර තිබෙන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q16	ඔබේ සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න නිසා ඔබට දුකක් හා පීඩනයක් හැඟෙන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q17	ඔබේ සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න නිසා ඔබ දරුවන් සිටින තැනැත්තන්ට වඩා අඩු මට්ටමක සිටින බවට සිතේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q18	සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න නිසා ඔබ වෙහෙසට පත්ව සිටින්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
*Q19	සරුභාවය පිළිබද ප්‍රශ්න ඔබේ සහකරුවා හෝ සහකාරිය සමඟ ඇති සම්බන්ධතාවයට අහිතකර ලෙස බලපානවද?	☐	☐	☐	☐	☐
*Q20	මඳසරුභාවය සම්බන්ධ ඔබේ හැගීම් ඔබේ සහකරුවා/ සහකාරිය සමඟ සාකච්ඡා කිරීම දුෂ්කර වන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
*Q21	ඔබට සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න තිබුන ද ඔබේ සබඳතාව පිළිබඳව ඔබ සෑහීමකට පත්වන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q22	ඔබට දරුවන් (හෝ තවත් දරුවන්) හදා ගැනීම සම්බන්ධයෙන් සාමාජීය පීඩනයක් ඇතැයි දැනෙන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q23	ඔබේ සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න නිසා ඔබට තරහක් ඇති වන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
Q24	ඔබේ සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න නිසා ඔබට වේදනාවක් හා ශාරීරික අපහසුතාවක් දැනෙන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐

FertiQol International

වෛකල්පිත ප්‍රතිකාර මොඩියුලය

ඔබ මදසරුභාවය සඳහා ප්‍රතිකාර ආරම්භ කර තිබෙන්නේ ද? (කිසියම් විශේෂඥ වෛද්‍ය හමුවක් හෝ මැදිහත්වීමක් මෙයට ඇතුලත් වේ) එසේ නම්, කරුණාකර පහත දැක්වෙන ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න. සෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහාම කරුණාකර ඔබ සිතන හා ඔබට දැනෙන දේ වඩාත් හොඳින් නිරූපණය කරන ප්‍රතිචාරය ඉදිරියෙන් ඇති කොටුවේ හරි ලකුණ යොදන්න. ඔබේ පිළිතුරු ඔබේ වර්තමාන සිතිවිලි හා හැඟීම්වලට අදාළ කර ගන්න. ඇතැම් ප්‍රශ්න ඔබේ පුද්ගලික ජීවිතයට සම්බන්ධ විය හැකි වන නමුත් ඔබේ ජීවිතයේ සියලුම අංශ ප්‍රමාණවත් ලෙස මැනීම සඳහා ඒවා අවශ්‍ය වේ.

	සෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහාම ඔබේ වර්තමාන සිතිවිලි හා හැඟීම්වලට සමීපම ප්‍රතිචාරය තෝරන්න	සෑමවිටම	බොහෝවිට	සෑහෙනවිට	ඇතැම් විට	කිසිදිනක නැත
T1	මඳසරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රතිකාර ඔබේ මානසික තත්ත්වයට අහිතකර බලපෑමක් සිදු කරන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
T2	ඔබ ලබා ගැනීමට කැමති සරුභාවය පිළිබඳ වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර සේවා ලබා ගැනීමට හැකියාවක් තිබෙන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐

	සෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහාම ඔබේ වර්තමාන සිතිවිලි හා හැඟීම්වලට සමීපම ප්‍රතිචාරය තෝරන්න	අතිශයින්ම විශාල ප්‍රමාණයකට	විශාල ප්‍රමාණයකට	සාමාන්‍ය ප්‍රමාණයකට	ටිකක්	කිසිසේත්ම නැත
T3	ඔබේ මඳසරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රතිකාර මාලාව සහ/හෝ ඖෂධ ලබා ගැනීම කොතෙක් දුරට සංකීර්ණ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
T4	ප්‍රතිකාරවලින් ඔබේ දෛනික හෝ රැකියා ආශ්‍රිත ක්‍රියාකාරකම්වලට ඇති වන බලපෑම් වලින් ඔබ කරදරයට පත් වන්නේද?	☐	☐	☐	☐	☐
T5	ඔබ අත්විඳින දේ පිළිබඳව සරුභාවය පිළිබඳ කාර්ය මණ්ඩලය අවබෝධ කර ගන්නා බවට ඔබට හැඟෙන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
T6	සරුභාවය පිළිබඳ ඖෂධ හා වෛද්‍ය ප්‍රතිකාරවල ශාරීරික අතුරු ආබාධ නිසා ඔබ අපහසුතාවයට පත් වන්නේද?	☐	☐	☐	☐	☐

	සෑම ප්‍රශ්නයක් සඳහාම ඔබේ වර්තමාන සිතිවිලි හා හැඟීම්වලට සමීපම ප්‍රතිචාරය තෝරන්න	දැඩි ලෙස සෑහීමකට පත්නොවේ	සෑහීමකට පත්නොවේ	සෑහීමකට පත් වන්නේද නොවන්නේද නැත	සෑහීමකට පත්වේ	ඉතාම සෑහීමකට පත්වේ
T7	ඔබේ චිත්තවේගාත්මකව අවශ්‍යතාවන් සපුරාලීම පිණිස ලබා ගත හැකි සේවාවල ගුණාත්මකභාවය පිළිබඳව ඔබ සෑහීමකට පත් වන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
T8	ඔබට ලැබී ඇති ශල්‍යකර්ම සහ/හෝ වෛද්‍ය ප්‍රතිකාරය (ප්‍රතිකාර) තක්සේරු කරන්නේ කෙසේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
T9	ඔබට ලැබුනු ඖෂධ, ශල්‍යකර්ම සහ/හෝ වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර පිළිබඳ තොරතුරුවල ගුණාත්මකභාවය තක්සේරු කරන්නේ කෙසේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐
T10	සරුභාවය පිළිබඳ වෛද්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සමඟ ඔබේ ගනුදෙනු පිළිබඳව ඔබ සෑහීමකට පත් වන්නේ ද?	☐	☐	☐	☐	☐

© මානව ප්‍රජනනය සහ කලල විද්‍යාව පිළිබඳ යුරෝපීය සමිතිය (© European Society of Human Reproduction & Embryology) සහ ප්‍රජනන වෛද්‍ය විද්‍යාව පිළිබඳ ඇමෙරිකානු සමිතිය (American Society of Reproductive Medicine)