



ASAS-terveysindeksi

Päiväys: _____

Nimi: _____

Vastaa kaikkiin väittämiin laittamalla yksi valintamerkki kuhunkin väittämään osoittamaan, mikä vastaa parhaiten **tällä hetkellä** reumasairautesi tilaa (termi "reumasairaus" sisältää kaikki spondylartriitti muodot mukaan lukien selkärankareuma).

1. Kipu keskeyttää toisinaan normaalit toimeni.
 - Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
2. Minun on vaikea seisoa pitkään.
 - Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
3. Minulla on ongelmia juoksemisessa.
 - Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
4. Minulla on ongelmia WC-tilojen käytössä.
 - Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
5. Olen usein uupunut.
 - Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
6. Olen vähemmän motivoitunut tekemään mitään fyysistä ponnistelua vaativaa.
 - Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
7. Olen menettänyt mielenkiinnon seksiin.
 - Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
 - Ei soveltuva, en halua vastata
8. Minulla on vaikeuksia autoni polkimien käytössä.
 - Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
 - Ei soveltuva, en osaa ajaa tai en aja

9. Minun on vaikea luoda yhteys ihmisiin.
- Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
10. En pysty kävelemään ulkona tasaisella maalla.
- Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
11. Minun on vaikea keskittyä.
- Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
12. Matkustamiseni on rajoittanutta liikkumiskykyäni vuoksi.
- Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
13. Turhaudun usein.
- Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
14. Minulla on vaikeuksia hiusteni pesemisessä.
- Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
15. Olen kokenut taloudellisia muutoksia reumasairauteni vuoksi.
- Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
16. Nukun huonosti yöllä.
- Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä
17. En pysty selviytymään vaikeuksistani.
- Olen samaa mieltä
 - Olen eri mieltä

Kiitos tähän kyselyyn vastaamisesta.