

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۱- محدوده سن:	(۱) ۲۹-۳۰	(۲) ۳۹-۴۰	(۳) ۴۹-۵۰	(۴) ۵۹-۶۰	(۵) ۶۹-۷۰	
۲- جنس:	(۱) مرد	(۲) زن				
۳- مدت اقامت در محل:	(۱) کمتر از ۱ سال	(۲) ۲-۵ سال	(۳) ۶-۱۰ سال	(۴) ۱۱-۱۵ سال	(۵) بیش از ۱۵ سال	
۴- آیا بومی شهرستان یزد هستید؟	(۱) بلی <<<<< بروید سوال ۶	(۲) خیر				
۵- اگر بومی یزد نیستید، اهل کجایی؟	(۱) شهرستانهای استان یزد	(۲) استانهای همجوار	(۳) سایر استانها	(۴) سایر کشورها		
۶- میزان تحصیلات پاسخگو (بر اساس آخرین مدرک تحصیلی):	(۱) بی سواد	(۲) سیکل	(۳) دیپلم و فوق دیپلم	(۴) کارشناسی	(۵) کارشناسی ارشد و دکترا	
۷- تعداد اعضاء خانوار (با فرد مصاحبه شونده):	(۱) ۲ نفر	(۲) ۳ نفر	(۳) ۴ نفر	(۴) ۵ نفر	(۵) ۶ نفر و بیشتر	
۸- وضعیت تاهل:	(۱) متاهل	(۲) مجرد	(۳) بیوه	(۴) مطلقه		
۹- فشارخون سیستولیک (بر اساس اندازه گیری):	(۱) زیر ۹۰	(۲) ۹۰ تا ۱۱۹	(۳) ۱۲۰ تا ۱۳۹	(۴) ۱۴۰ تا ۱۵۹	(۵) ۱۶۰ به بالا	
۱۰- فشارخون دیاستول (بر اساس اندازه گیری):	(۱) زیر ۷۰	(۲) ۷۰ تا ۷۹	(۳) ۸۰ تا ۸۹	(۴) ۹۰ تا ۹۹	(۵) ۱۰۰ به بالا	
۱۱- محدوده نمایه توده بدنی (بر اساس اندازه گیری):	(۱) کمتر از ۱۸.۵	(۲) ۱۸.۵ تا ۲۴.۹	(۳) ۲۵ تا ۲۹.۹	(۴) ۳۰ تا ۳۹.۹	(۵) ۴۰ به بالا	
الف: سوالات فعالیت بدنی						
۱۲- به طور متوسط چند بار در هفته در فعالیتهای بدنی شدید (که در آن سرعت ضربان قلبتان بالا رفته یا عرق کردید) مثل دویدن یا کار بدنی سنگین، شرکت می کنید؟ (۱) هرگز <<<<< بروید سوال ۱۴ (۲) یک بار در هفته (۳) دو بار در هفته (۴) سه تا چهار بار در هفته (۵) پنج بار یا بیشتر در هفته						
۱۳- بطور متوسط طول مدت هر جلسه فعالیت بدنی شدید چند دقیقه است؟ (۱) کمتر از ۱۰ دقیقه (۲) ۱۰-۱۹ دقیقه (۳) ۲۰-۲۹ دقیقه (۴) ۳۰ تا ۶۰ دقیقه (۵) بیش از یک ساعت						
۱۴- به طور متوسط چند بار در هفته در فعالیتهای بدنی متوسط (که در آن خسته نشدید یا به مقدار کم عرق کردید) مثل تند راه رفتن یا کار متوسط شرکت می کنید؟ (۱) هرگز <<<<< بروید سوال ۱۶ (۲) یک بار در هفته (۳) دو بار در هفته (۴) سه تا چهار بار در هفته (۵) پنج بار یا بیشتر در هفته						
۱۵- بطور متوسط طول مدت هر جلسه فعالیت بدنی متوسط چند دقیقه است؟ (۱) کمتر از ۱۰ دقیقه (۲) ۱۰-۱۹ دقیقه (۳) ۲۰-۲۹ دقیقه (۴) ۳۰ تا ۶۰ دقیقه (۵) بیش از یک ساعت						
۱۶- به طور متوسط چند بار در هفته در فعالیتهای بدنی خفیف (که در آن تلاش کمی انجام دادید یا عرق نکردید) مثل آرام راه رفتن یا کار کم تحرک شرکت می کنید؟ (۱) هرگز <<<<< بروید سوال ۱۸ (۲) یک بار در هفته (۳) دو بار در هفته (۴) سه تا چهار بار در هفته (۵) پنج بار یا بیشتر در هفته						
۱۷- بطور متوسط طول مدت هر جلسه فعالیت بدنی خفیف چند دقیقه است؟ (۱) کمتر از ۱۰ دقیقه (۲) ۱۰-۱۹ دقیقه (۳) ۲۰-۲۹ دقیقه (۴) ۳۰ تا ۶۰ دقیقه (۵) بیش از یک ساعت						

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

ب - سوالات وضعیت خواب

۱۸- در یک ماه گذشته، معمولاً شب ها چه ساعتی به رختخواب رفته اید؟ (۱) ساعت ۸-۹ شب (۲) ساعت ۱۰-۱۱ شب (۳) ساعت ۱۲ تا یک شب (۴) ساعت ۲ تا ۳ شب (۵) بعد از ۳ شب
۱۹- در یک ماه گذشته، معمولاً صبح ها چه ساعتی از خواب بیدار شده اید؟ (۱) ۵ تا ۶ صبح (۲) ۶ تا ۷ صبح (۳) ۸ تا ۹ صبح (۴) ۱۰ تا ۱۱ صبح (۵) بعد از ۱۱ صبح
۲۰- در یک ماه گذشته، معمولاً بطور متوسط شبانه روز چند ساعت خواب واقعی داشته اید؟ (۱) کمتر از ۵ ساعت (۲) ۶-۷ ساعت (۳) ۸-۱۰ ساعت (۴) بیش از ۱۰ ساعت
۲۱- طی ماه گذشته، معمولاً چه مدت طول می کشد تا شب ها بخواب روید؟ (۱) بلافاصله (۲) کمتر از ۱۵ دقیقه (۳) ۱۵ تا ۳۰ دقیقه (۴) ۳۰ تا ۶۰ دقیقه (۵) بیش از یک ساعت
۲۲- در ماه گذشته، چند بار برای خوابیدن از قرص خواب آور یا آرام بخش استفاده کرده اید؟ (۱) اصلاً تجربه نکرده ام (۲) کمتر از هفته ای یکبار (۳) یک یا دو بار در هفته (۴) سه بار یا بیشتر در هفته
۲۳- در ماه گذشته، چند بار نمی توانستید در عرض ۳۰ دقیقه به خواب بروید؟ (۱) اصلاً تجربه نکرده ام (۲) کمتر از هفته ای یکبار (۳) یک یا دو بار در هفته (۴) سه بار یا بیشتر در هفته
۲۴- در ماه گذشته، چند بار نیمه شب برای دستشویی رفتن بیدار شدید؟ (۱) اصلاً تجربه نکرده ام (۲) کمتر از هفته ای یکبار (۳) یک یا دو بار در هفته (۴) سه بار یا بیشتر در هفته
۲۵- در ماه گذشته، چند بار ناخواسته نیمه شب یا صبح زود از خواب بیدار شدید؟ (۱) اصلاً تجربه نکرده ام (۲) کمتر از هفته ای یکبار (۳) یک یا دو بار در هفته (۴) سه بار یا بیشتر در هفته
۲۶- در ماه گذشته، چند بار هنگام خواب کابوس دیدید؟ (۱) اصلاً تجربه نکرده ام (۲) کمتر از هفته ای یکبار (۳) یک یا دو بار در هفته (۴) سه بار یا بیشتر در هفته
۲۷- معمولاً شبانه روز چند ساعت تلویزیون تماشا می کنید؟ (۱) کمتر از ۱ ساعت (۲) ۱-۳ ساعت (۳) ۴-۶ ساعت (۴) بیش از ۶ ساعت (۵) اصلاً
۲۸- معمولاً شبانه روز چند ساعت ماهواره یا فیلم (غیر تلویزیونی) تماشا می کنید؟ (۱) کمتر از ۱ ساعت (۲) ۱-۳ ساعت (۳) ۴-۶ ساعت (۴) بیش از ۶ ساعت (۵) اصلاً

ج - سلامت روان

۲۹- در طی هفته گذشته، چه مدت زمان خود را در هفته بادیستان و فامیل گذرانیده اید؟ (۱) هیچوقت (۲) ۱-۳ ساعت (۳) ۴-۷ ساعت (۴) ۸-۱۲ ساعت (۵) بیش از ۱۲ ساعت
۳۰- در طی هفته گذشته، چه مدت با دوستان و آشنایان تلفنی یا با موبایل صحبت کرده اید؟ (۱) هیچوقت (۲) ۱-۳ ساعت (۳) ۴-۷ ساعت (۴) ۸-۱۲ ساعت (۵) بیش از ۱۲ ساعت
۳۱- در هفته؛ چه مدت زمان خود را در گروه های اجتماعی و مذهبی و.... گذرانیده اید؟ (۱) هیچوقت (۲) ۱-۳ ساعت (۳) ۴-۷ ساعت (۴) ۸-۱۲ ساعت (۵) بیش از ۱۲ ساعت

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۳۲- چه تعداد دوست صمیمی (کسی که بتوان حرف دل را با او زد) بجز اعضاء خانواده دارید؟	۳-۴ نفر	۴-بیش از ۶ نفر	۵- اصلا ندارم
۱-۲ نفر	۳-۴ نفر	۵-۶ نفر	۶-بیش از ۶ نفر

سوالات وضعیت روحی:

تعدادی از عبارت هایی که مردم برای تعریف خود از آنها استفاده می کنند در زیر آمده است. هریک از عبارتها را برای پرسش شونده بخوانید و سپس با توجه به مقیاس زیر عددی را بنویسید که نشان می دهد آن فرد همین الان، یعنی در این لحظه چه احساسی دارد. هیچ پاسخی درست یا غلط نیست. وقت زیادی را صرف هیچ عبارتی نکنید. بلکه پاسخی دهید را ثبت کنید به نظر می رسد به بهترین وجه احساسات فرد را در حال حاضر توصیف می کند (این قسمت برای افراد با سواد می تواند توسط خود فرد تکمیل شود).

عبارات	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۳۳. برایم مشکل است آرام بگیرم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۳۴. متوجه شده ام دهانم خشک می شود.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۳۵. فکر نمی کنم بتوانم هیچ نوع احساس خوبی را تجربه کنم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۳۶. تنفس کردن برایم مشکل است.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۳۷. برایم سخت است در انجام کار پیش قدم شوم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۳۸. به موقعیت هایم به طور افراطی واکنش نشان می دهم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۳۹. در بدنم احساس لرزش می کنم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۴۰. احساس می کنم انرژی روانی زیادی مصرف می کنم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۴۱. نگرانم که مبادا در بعضی موقعیت ها دچار ترس شوم یا به کار احمقانه ای دست بزنم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۴۲. احساس می کنم چیزی ندارم که منتظرش باشم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۴۳. خودم را پریشان و سر درگم احساس می کنم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۴۴. آرام بودن و در آرامش به سر بردن برایم مشکل است.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۴۵. احساس دل مردگی و دل شکستگی دارم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۴۶. نسبت به هر چیزی که مرا از کار بازدارد صبر و تحمل ندارم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۴۷. احساس می کنم که هر لحظه ممکن است دچار ترس و وحشت شوم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۴۸. قادر نیستم درباره خیلی چیزها شور و اشتیاق از خود نشان دهم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۴۹. احساس می کنم به عنوان یک فرد ارزش زیادی ندارم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۵۰. فکر می کنم بسیار زودرنج و حساس هستم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۵۱. بدون این که هیچ گونه فعالیت بدنی انجام دهم متوجه شده ام که قلبم غیر عادی کار می کند (مثلا ضربان شدید قلب یا از کار افتادن آن برای چند لحظه حس میکنم).	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)
۵۲. بدون هیچ دلیل موجهی احساس ترس می کنم.	۱(اصلا)	۲(تا حدی)	۳(متوسط)	۴(زیاد)

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۵۳. احساس می‌کنم زندگی بی‌معنا است.	(۱) اصلا	(۲) تا حدی	(۳) متوسط	(۴) زیاد
-------------------------------------	----------	------------	-----------	----------

د- سوالات کیفیت زندگی

۵۴- وضعیت سلامت خود را طی ماه گذشته چگونه ارزیابی می‌کنید؟ (۱) خیلی خوب (۲) خوب (۳) متوسط (۴) بد (۵) خیلی بد
۵۵- طی ماه گذشته، به علت مشکلات سلامت جسمانی، چقدر فعالیت‌های فیزیکی شما (نظیر با لا رفتن از پله یا راه رفتن) محدود بوده است؟ (۱) اصلا (۲) خیلی کم (۳) مقداری (۴) خیلی زیاد (۵) اصلا نمی‌توانم حرکت کنم
۵۶- طی ماه گذشته، به علت مشکلات سلامت جسمانی، چقدر در انجام فعالیت‌های روزانه داخل و خارج منزل محدودیت داشته‌اید؟ (۱) اصلا (۲) خیلی کم (۳) مقداری (۴) خیلی زیاد (۵) اصلا نمی‌توانم حرکت کنم
۵۷- طی ماه گذشته چقدر درد جسمی داشته‌اید؟ (۱) اصلا (۲) خیلی کم (۳) تا حدودی (۴) شدید (۵) خیلی شدید
۵۸- طی ماه گذشته چقدر قوه (انرژی) داشته‌اید؟ (۱) خیلی زیاد (۲) زیاد (۳) مقداری (۴) کمی (۵) اصلا
۵۹- طی ماه گذشته، سلامت جسمی و روحی شما چقدر ارتباط اجتماعی شما با دوستان و خانواده را محدود کرده است؟ (۱) اصلا محدود نکرده (۲) خیلی کم (۳) تا حدودی (۴) زیاد (۵) اصلا نتوانستم ارتباط داشته باشم
۶۰- طی ماه گذشته، چقدر مشکلات روحی نظیر اضطراب، افسردگی و کج خلقی (تحریک پذیری) شما را اذیت کرده است؟ (۱) اصلا (۲) کمی (۳) تا حدودی (۴) زیاد (۵) خیلی زیاد
۶۱- طی ماه گذشته، چقدر مشکلات روحی و جسمی، شما را از انجام کارهای روزانه بازداشته است؟ (۱) اصلا (۲) خیلی کم (۳) تا حدودی (۴) خیلی زیاد (۵) نتوانستم کارهای روزانه ام را انجام دهم

ه - سوالات بیماریهای مزمن

کدامیک از بیماری‌های زیر توسط پزشک در شما تشخیص داده شده است؟

۶۲- بیماری قلبی (۱) بلی (۲) خیر << به سوال ۷۰ بروید
*۶۳- در صورت بلی، کدام نوع: (۱) بیماری درجه ای قلب (۲) نارسایی قلب (۳) نامنظمی ضربان قلب (۴) فنر قلب (۵) جراحی باز قلب
۶۴- در صورت ابتلا به هر یک از بیماری‌های فوق، چند سال از شروع آن می‌گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۶۵- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۱ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۵ ماه پیش (۴) ۶ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۶۶- آیا تاکنون درد، ناراحتی و یا نوعی فشار و سنگینی در وسط قفسه سینه یا زیر جناغ سینه خود احساس کرده‌اید؟ (۱) بلی (۲) خیر
۶۷- آیا هنگامی که به آرامی یا با عجله راه می‌روید یا از سربالایی بالا می‌روید دچار درد در قفسه سینه می‌شوید؟ (۱) بلی (۲) خیر << بروید سوال ۷۰
۶۸- آیا با تغییر وضعیت (ایستادن، نشستن و یا آهسته تر راه رفتن) و یا مصرف قرص زیر زبانی درد برطرف می‌شود؟ (۱) بلی (۲) خیر (۳) تغییری نمی‌کند
۶۹- آیا درد کمتر از ۱۰ دقیقه برطرف می‌شود؟ (۱) بلی (۲) خیر

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۷۰- آیا بستگان درجه یک شما (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) سابقه بیماری قلبی دارند؟ (۱) بلی (۲) خیر	
۷۱- پرفشاری خون (۱) بلی (۲) خیر << به سوال ۷۵ بروید	
۷۲- در صورت ابتلا به بیماری فوق، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر	
۷۳- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۱ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۶ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش	
۷۴- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ (۱) بلی (۲) خیر	
۷۵- آیا سابقه بیماری مغزی داشته اید؟ (۱) بلی (۲) خیر << به سوال ۷۸ بروید	
۷۶- اگر داشته اید از کدام نوع: (۱) خونریزی مغزی (۲) سکته مغزی (۳) تشنج (۴) سرطان مغز (۵) سایر	
۷۷- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ (۱) بلی (۲) خیر	
۷۸- آیا مشکل خرخر شبانه دارید؟ (۱) بلی (۲) خیر	
۷۹- آیا سابقه مرگ ناگهانی در فامیل (درجه ۱ تا ۳) داشته اید؟ (۱) بلی (۲) خیر	
۸۰- دیابت: (۱) بلی (۲) خیر < بروید سوال ۸۸	
۸۱- در صورت ابتلا به بیماری فوق، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر	
۸۲- از کدام روش برای کنترل دیابت استفاده می کنید؟ (۱) رژیم غذایی (۲) داروی گیاهی (۳) قرص (۴) انسولین (۵) هیچکدام	
۸۳- آیا برای دیابت بطور منظم دارو می خورید؟ (۱) بلی (۲) خیر	
۸۴- اگر انسولین استفاده می کنید، چند سال بعد از تشخیص دیابت مصرف آن را آغاز کرده اید؟ (۱) بلافاصله (۲) ۶ ماه تا یکسال (۳) ۱ تا ۳ سال (۴) ۳ تا ۱۰ سال (۵) بیش از ده سال قبل	
۸۵- برای بیماری فوق، آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) ۳ تا ۶ ماه قبل (۲) ۷ ماه تا یکسال قبل (۳) ۲ تا ۳ سال قبل (۴) ۴ تا ۱۰ سال قبل (۵) بیش از ده سال قبل	
۸۶- به چه پزشکی مراجعه کرده اید؟ (۱) عمومی (۲) متخصص داخلی (۳) فوق تخصص غدد	
۸۷- کدام یک از عوارض دیابت اول در شما ظاهر شد؟ (۱) دیابت بارداری (۲) عوارض چشمی دیابت (۳) عوارض کلیوی دیابت (۴) پای دیابتی (۵) زخم ناشی از دیابت	
۸۸- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ (۱) بلی (۲) خیر	
۸۹- افزایش کلسترول خون (۱) بلی (۲) خیر << به سوال ۹۲ بروید	
۹۰- در صورت ابتلا به بیماری فوق، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر	

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۹۱- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۹۲- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر
۹۳- مشکلات انعقاد خون ۱- بلی ۲- خیر << به سوال ۹۷ بروید
۹۴- در صورت ابتلا به بیماری فوق، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۹۵- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۹۶- آیا برای کنترل مشکل انعقادی منظم دارو می خورده اید؟ ۱- بلی ۲- خیر
۹۷- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر
۹۸- آسم ۱- بلی ۲- خیر << به سوال ۱۰۱ بروید.
۹۹- در صورت ابتلا به بیماری فوق، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۱۰۰- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۱ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۱۰۱- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر
۱۰۲- مشکلات غده تیروئید ۱- بلی ۲- خیر << به سوال ۱۰۶ بروید
۱۰۳- چه نوع مشکل غده تیروئید داشته اید؟ (۱) کم کاری (۲) پرکاری (۳) گواتر (۴) بدخیمی (سرطان)
۱۰۴- در صورت ابتلا به بیماری فوق، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۱۰۵- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۱ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۱۰۶- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر
۱۰۷- افسردگی ۱- بلی ۲- خیر << به سوال ۱۱۰ بروید.
۱۰۸- در صورت ابتلا به بیماری فوق، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۱۰۹- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۱ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۱۱۰- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۱۱۱- آلزایمر (فراموشی اسم اعضای خانواده، اتاق های منزل، محل زندگی)	۱- بلی	۲- خیر<<< به سوال ۱۱۴ بروید
۱۱۲- در صورت ابتلا به بیماری فوق، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر		
۱۱۳- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش		
۱۱۴- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟	۱- بلی	۲- خیر
۱۱۵- پوکی استخوان	۱- بلی	۲- خیر<< به سوال ۱۲۰ بروید.
۱۱۶- در صورت ابتلا به بیماری فوق، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر		
۱۱۷- آیا شکستگی استخوان بعد از تشخیص پوکی استخوان داشته اید؟	۱) بلی	۲) خیر
۱۱۸- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش		
۱۱۹- آیا سابقه پوکی استخوان بستگان، با شکستگی همراه بوده است؟	۱) بلی	۲) خیر
۱۲۰- آیا حداقل یکی از بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟	۱- بلی	۲- خیر
۱۲۱- درد مفصل (آرتریت)	۱- بلی	۲- خیر<< به سوال ۱۲۵ بروید.
۱۲۲- در صورت ابتلا کدام مفاصل در گیر هستند: (۱) گردن (۲) پشت (۳) کمر (۴) زانو (۵) مفاصل کوچک پا		
۱۲۳- در صورت ابتلا به بیماری فوق، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر		
۱۲۴- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش		
۱۲۵- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟	۱- بلی	۲- خیر
۱۲۶- سرطان پوست	۱- بلی	۲- خیر<< به سوال ۱۲۹ بروید.
۱۲۷- در صورت ابتلا به بیماری فوق، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر		
۱۲۸- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش		
۱۲۹- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟	۱- بلی	۲- خیر
۱۳۰- سرطان پستان (فقط از زنان بپرسید)	۱- بلی	۲- خیر<< به سوال ۱۳۳ بروید

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۱۳۱- در صورت ابتلا به بیماری فوق ، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۱۳۲- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۱۳۳- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر
۱۳۴- سرطان ریه ۱- بلی ۲- خیر << به سوال ۱۳۷ بروید.
۱۳۵- در صورت ابتلا به بیماری فوق ، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۱۳۶- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۱۳۷- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر
۱۳۸- سرطان روده ۱- بلی ۲- خیر < به سوال ۱۴۱ بروید.
۱۳۹- در صورت ابتلا به بیماری فوق ، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۱۴۰- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) یک ماه پیش (۲) ۳ ماه پیش (۳) ۶ ماه پیش (۴) یک سال پیش (۵) بیش از یک سال قبل
۱۴۱- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر
۱۴۲- سرطان معده ۱- بلی ۲- خیر < به سوال ۱۴۵ بروید
۱۴۳- در صورت ابتلا به بیماری فوق ، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۱۴۴- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۱۴۵- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر
۱۴۶- سرطان کولورکتال ۱- بلی ۲- خیر << به سوال ۱۴۹ بروید
۱۴۷- در صورت ابتلا به بیماری فوق ، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۱۴۸- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۷ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۱۴۹- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر
۱۵۰- سرطان پروستات (فقط از مردان پرسید) ۱- بلی ۲- خیر < به سوال ۱۵۳ بروید

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۱۵۱- در صورت ابتلا به بیماری فوق ، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۱۵۲- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۶ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۱۵۳- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر
۱۵۴- سرطان تخمدان (فقط از زنان پرسید) ۱- بلی ۲- خیر < به سوال ۱۵۷ بروید
۱۵۵- در صورت ابتلا به بیماری فوق ، چند سال از شروع آن می گذرد؟ (۱) کمتر از یک سال (۲) ۱-۲ سال (۳) ۳-۴ سال (۴) ۵-۶ سال (۵) ۷ سال و بیشتر
۱۵۶- برای بیماری فوق آخرین باری که به پزشک مراجعه کرده اید چه زمانی بوده است؟ (۱) کمتر از یک ماه پیش (۲) ۲ تا ۳ ماه پیش (۳) ۴ تا ۶ ماه پیش (۴) ۶ ماه تا یک سال پیش (۵) بیش از یک سال پیش
۱۵۷- آیا بستگان درجه یک (پدر، مادر، خواهر، برادر، فرزندان) شما سابقه این بیماری را دارند؟ ۱- بلی ۲- خیر

و- سوالات سابقه جراحی:

۱۵۸- آیا جراحی مثانه داشته اید؟ (۱) بلی (۲) خیر < به سوال ۱۶۰ بروید
۱۵۹- سن عمل: (۱) کمتر از ۳۰ سالگی (۲) ۳۰-۳۹ سالگی (۳) ۴۰-۴۹ سالگی (۴) ۵۰-۵۹ (۵) ۶۰ و بیشتر
۱۶۰- آیا عمل سنگ کلیه داشته اید؟ (۱) بلی (۲) خیر < به سوال ۱۶۲ بروید
۱۶۱- سن عمل (۱) کمتر از ۳۰ سالگی (۲) ۳۰-۳۹ سالگی (۳) ۴۰-۴۹ سالگی (۴) ۵۰-۵۹ (۵) ۶۰ و بیشتر
۱۶۲- آیا عمل تعویض مفصل زانو داشته اید؟ (۱) بلی (۲) خیر < به سوال ۱۶۴ بروید

۱۶۳- سن عمل (۱) کمتر از ۳۰ سالگی (۲) ۳۰-۳۹ سالگی (۳) ۴۰-۴۹ سالگی (۴) ۵۰-۵۹ (۵) ۶۰ و بیشتر
۱۶۴- آیا عمل جراحی لگن داشته اید؟ ۱- بلی ۲- خیر < به سوال ۱۶۶ بروید
۱۶۵- سن عمل (۱) کمتر از ۳۰ سالگی (۲) ۳۰-۳۹ سالگی (۳) ۴۰-۴۹ سالگی (۴) ۵۰-۵۹ (۵) ۶۰ و بیشتر
۱۶۶- آیا عمل جراحی کیسه صفرا داشته اید؟ ۱- بلی ۲- خیر < به سوال ۱۶۸ بروید
۱۶۷- سن عمل (۱) کمتر از ۳۰ سالگی (۲) ۳۰-۳۹ سالگی (۳) ۴۰-۴۹ سالگی (۴) ۵۰-۵۹ (۵) ۶۰ و بیشتر
۱۶۸- آیا عمل جراحی قلب باز داشته اید؟ (۱) بلی (۲) خیر < به سوال ۱۷۰ بروید
۱۶۹- سن عمل (۱) کمتر از ۳۰ سالگی (۲) ۳۰-۳۹ سالگی (۳) ۴۰-۴۹ سالگی (۴) ۵۰-۵۹ (۵) ۶۰ و بیشتر

۱۷۰- طی یک ماه گذشته، آیا درد مزمن مفاصل در ناحیه گردن داشته اید؟ (۱) بلی (۲) خیر
۱۷۱- طی یک ماه گذشته، آیا درد مزمن مفاصل در ناحیه پشت داشته اید؟ (۱) بلی (۲) خیر
۱۷۲- طی یک ماه گذشته، آیا درد مزمن مفاصل در ناحیه زانو داشته اید؟ (۱) بلی (۲) خیر
۱۷۳- طی یک ماه گذشته، آیا سابقه نقرس (درد مفاصل کوچک پا) داشته اید؟ (۱) بلی (۲) خیر

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۱۷۴- کلا چند روز در عمرتان در بیمارستان بستری بوده اید (شامل زایمان)؟ (۱) هیچ << بروید سوال ۱۷۷ (۲) ۱-۱۰ روز (۳) ۱۱-۲۰ روز (۴) ۲۱-۳۰ روز (۵) بیش از یک ماه
۱۷۵- اگر در ۶ ماه اول سال ۱۳۹۲ در بیمارستان بستری بوده اید، میزان رضایت شما از خدمات چگونه است؟ (۱) خیلی خوب (۲) خوب (۳) متوسط (۴) بد (۵) خیلی بد
۱۷۶- اگر از ۱۵ اردیبهشت سال ۱۳۹۳ تا کنون در بیمارستان بستری شده اید، میزان رضایت شما از خدمات چگونه است؟ (۱) خیلی خوب (۲) خوب (۳) متوسط (۴) بد (۵) خیلی بد
۱۷۷- طی سال گذشته چند بار به پزشک عمومی مراجعه کرده اید؟ (۱) هیچ (۲) یک (۳) دو (۴) ۳-۵ (۵) ۶ و بیشتر
۱۷۸- طی سال گذشته چند بار به پزشک متخصص مراجعه کرده اید؟ (۱) هیچ (۲) یک (۳) دو (۴) ۳-۵ (۵) ۶ و بیشتر
۱۷۹- اگر دچار بیماری شوید، اولین جایی که مراجعه می کنید کجاست؟ (۱) مرکز بهداشتی درمانی (درمانگاه) (۲) پزشک عمومی (۳) پزشک متخصص (۴) پزشک فوق تخصص (۵) درمانگرهای سنتی

ز- سوالات دهان و دندان

۱۸۰- چند بار در روز مسواک می زنید؟ (۱) نمی زنم (۲) یکبار در روز (۳) دو بار در روز (۴) سه بار در روز (۵) گهگاهی
۱۸۱- آیا از نخ دندان استفاده می کنید؟ (۱) بلی (۲) خیر (۳) گهگاهی
۱۸۲- آیا دندان مصنوعی کامل دارید؟ (۱) بلی (۲) خیر
۱۸۳- چند تا از دندان های شما مصنوعی است؟ (۱) هیچ (۲) ۱-۲ عدد (۳) ۳-۴ عدد (۴) ۵-۶ (۵) ۷ و بیشتر
۱۸۴- تعداد دندان های کشیده شده؟ (۱) هیچ (۲) ۱-۳ (۳) ۴-۶ (۴) ۷-۸ (۵) ۹ و بیشتر
۱۸۵- تعداد دندان های پر شده (تقریبی)؟ (۱) هیچ (۲) ۱-۳ (۳) ۴-۶ (۴) ۷-۸ (۵) ۹ و بیشتر
۱۸۶- به طور متوسط سالیانه چندبار به دندان پزشک مراجعه می کنید؟ (۱) اصلا (۲) هنگام درد (۳) برای معاینه دوره ای (۴) ۱بار (۵) ۲-۳ بار

ح- سوالات حوادث

در یک سال گذشته کدامیک از حوادث زیر برای شما اتفاق افتاده است (پاسخ حداکثر سه گزینه برای هر سوال)؟

۱۸۷* - (۱) حادثه ترافیکی (۲) سقوط (۳) غرق شدگی (۴) لیز خوردگی
۱۸۸* - (۱) مسمومیت (۲) سوختگی (۳) حیوان گزیدگی (۴) اقدام به خودکشی (۵) فرو رفتن پا در گودال
۱۸۹* (۱) برق گرفتگی (۲) حادثه ناشی از کار (۳) شکستگی استخوان (۴) برخورد با اجسام تیز (۵) هیچکدام << بروید سوال ۱۹۵
<u>وضعیت شما در زمان حادثه ترافیکی (یک گزینه برای دو سوال)؟</u>
۱۹۰- (۱) موتورسوار یا ترک آن (۲) عابر پیاده (۳) راننده سواری یا وانت (۴) سرنشین سواری (۵) سرنشین وانت
۱۹۱- (۱) راننده اتوبوس (۲) راننده مینی بوس (۳) راننده کامیون (۴) سرنشین اتوبوس یا مینی بوس (۵) دوچرخه سوار
<u>وسیله نقلیه مقابل عبارت بود از:</u>
۱۹۲- (۱) سواری (۲) وانت (۳) موتورسیکلت (۴) اتوبوس (۵) مینی بوس

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۱۹۳- (۱) کامیون (۲) دوچرخه (۳) اشیاء ثابت (۴) سایر
۱۹۴- نتیجه حادثه (۱) بهبودی بدون مراجعه به مراکز درمانی (۲) مراجعه و ترخیص پس از معاینه و آزمایشات (۳) تحت درمان (۴) بهبودی (۵) معلولیت
۱۹۵- از چه وسیله ای برای رفت و برگشت به کار استفاده می کنید: (۱) اتومبیل شخصی (۲) موتورسیکلت (۳) دوچرخه (۴) پیاده (۵) وسیله نقلیه عمومی
۱۹۶- آیا از کمربند ایمنی موقع سوار شدن بر وسیله شخصی یا عمومی استفاده می کنید؟ ۱- فقط وسیله شخصی (۲) فقط وسیله عمومی (۳) هر دو (۴) هیچکدام

ط- سوالات عادات غذایی

۱۹۷- معمولا چه نوشیدنی همراه با غذا مصرف می کنید؟ (۴) دوغ (۵) آب لوله کشی (۱) آب معدنی (۲) نوشابه گاز دار (۳) آب میوه
۱۹۸- هفته ای چند بار نوشیدنی گاز دار می نوشید؟ (۴) ۳-۴ بار (۵) ۵ بار بیشتر (۱) اصلا (۲) کمتر از هفته ای یکبار (۳) ۱-۲ بار
۱۹۹- در هفته، چه میزان از نوشیدنی های شیرین شده با شکر نظیر شربت های خانگی و بسته بندی و آب میوه های بسته بندی استفاده می کنید؟ (۱) اصلا (۲) کمتر از هفته ای یکبار (۳) یک بار (۴) ۲-۳ بار (۵) ۴ بار و بیش
۲۰۰- علت اصلی استفاده شما از غذای فوری (فست فود) چیست؟ (۱) تمایل فرزندان به مصرف (۲) مشغله فراوان (۳) طعم و مزه خوب (۴) آماده شدن سریع (۵) ارزان و در دسترس بودن
۲۰۱- (۱) تبلیغات (۲) به عنوان یک سرگرمی (۳) امکان مصرف آن با خانواده و دوستان (۴) سایر موارد (۵) اصلا استفاده نمی کنم
۲۰۲- به طور متوسط هر ماه چه مبلغی برای خرید غذای فوری هزینه می کنید؟ (۱) اصلا (۲) کمتر از ۵۰ هزار تومان (۳) بین ۵۰-۱۰۰ هزار تومان (۴) بین ۱۰۰-۱۵۰ هزار تومان (۵) بیش از ۱۵۰ هزار تومان
هر چند وقت یکبار از دستجات غذایی زیر استفاده می کنید؟
۲۰۳- همبرگر و سوسیس، کالباس، پیتزا: (۳) ماهی ۳-۱ بار (۴) سالی ۵-۱۰ بار (۵) هرگز (۱) روزی یکبار (۲) هفته ای ۱-۳ بار
۲۰۴- سیب زمینی سرخ کرده، سمبوسه، فلافل، ناگت: (۳) ماهی ۳-۱ بار (۴) سالی ۵-۱۰ بار (۵) هرگز (۱) روزی یکبار (۲) هفته ای ۱-۳ بار
۲۰۵- سالاد الویه: (۳) ماهی ۳-۱ بار (۴) سالی ۵-۱۰ بار (۵) هرگز (۱) روزی یکبار (۲) هفته ای ۱-۳ بار
۲۰۶- انواع کنسروها: (۳) ماهی ۳-۱ بار (۴) سالی ۵-۱۰ بار (۵) هرگز (۱) روزی یکبار (۲) هفته ای ۱-۳ بار
۲۰۷- معمولا چند روز در هفته صبحانه می خورید: (۱) اصلا (۲) یک بار (۳) ۲-۳ بار (۴) ۴-۵ بار (۵) هر روز

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

<u>در هر هفته به طور معمول چند دفعه از مواد غذایی زیر استفاده می کنید:</u>				
۲۰۸- تخم مرغ:	(۱) اصلا	(۲) یک بار	(۳) ۲-۳ بار	(۴) ۴-۵ بار (۵) هر روز
۲۰۹- گوشت قرمز:	(۱) اصلا	(۲) یک بار	(۳) ۲-۳ بار	(۴) ۴-۵ بار (۵) هر روز
۲۱۰- مرغ:	(۱) اصلا	(۲) یک بار	(۳) ۲-۳ بار	(۴) ۴-۵ بار (۵) هر روز
۲۱۱- حبوبات:	(۱) اصلا	(۲) یک بار	(۳) ۲-۳ بار	(۴) ۴-۵ بار (۵) هر روز
۲۱۲- ماهی:	(۱) اصلا	(۲) کمتر از هفته ای یکبار	(۳) یک بار	(۴) ۲-۳ بار (۵) ۴ بار و بیشتر
*۲۱۳- معمولا چه نوع ماهی را طبخ می کنید: (۱) سرخ کردن (۲) آب پز /بخار پز (۳) کباب کردن (۴) پخت در فر (۵) سایر				
۲۱۴- به طور متوسط هر روز چند بار نبات (در اندازه یک حبه قند و بیشتر) مصرف می کنید؟				
(۱) اصلا	(۲) یک بار	(۳) ۲-۳ بار	(۴) ۴-۶ بار	(۵) ۷ بار و بیشتر
۲۱۵- به طور متوسط هر روز چند حبه قند در اندازه متوسط مصرف می کنید؟				
(۱) اصلا	(۲) ۱-۲ بار	(۳) ۳-۴ بار	(۴) ۵-۸ بار	(۵) ۹ بار و بیشتر
۲۱۶- در هفته بطور متوسط چند بار از غذای سرخ شده در روغن استفاده می کنید؟ (۱) اصلا (۲) کمتر از هفته ای یکبار				
(۳) ۱-۲ بار	(۴) ۳-۴ بار	(۵) ۵ بار و بیشتر		
*۲۱۷- برای پخت غذا در منزل معمولا از چه روغنی استفاده می کنید؟ (۱) روغن نباتی جامد (۲) روغن حیوانی یا کره				
(۳) روغن دنبه	(۴) روغن زیتون، کنجد، ارده	(۵) سایر روغن های مایع		
*۲۱۸- <u>اکثرا</u> روش طبخ غذای شما چگونه است؟ (۱) آب پز (۲) سرخ کردن (۳) کباب کردن (۴) پختن در فر (۵) بخار پز				
۲۱۹- در هفته بطور متوسط چند بار کیک، کلوچه و بیسکویت مصرف می کنید؟ (۱) اصلا (۲) کمتر از هفته ای یکبار				
(۳) ۱-۲ بار	(۴) ۳-۴ بار	(۵) ۵ بار و بیشتر		
۲۲۰- در هفته بطور متوسط چند بار از میان وعده هایی مثل چیپس، پفک، و کرانچی استفاده می کنید؟ (۱) اصلا				
(۲) کمتر از هفته ای یکبار	(۳) ۱-۲ بار	(۴) ۳-۴ بار	(۵) ۵ بار و بیشتر	
۲۲۱- اگر هر واحد سبزیجات برابر نصف لیوان سبزی پخته یا یک لیوان سبزی خام یا سالاد باشد، به طور معمول در روز چند واحد سبزی مصرف می کنید؟ (۱) اصلا (۲) یک واحد				
(۳) ۲-۳ واحد	(۴) ۴-۵ واحد	(۵) ۶ واحد و بیشتر		
۲۲۲- اگر هر واحد میوه برابر با یک میوه متوسط یا دو میوه کوچک، یک لیوان میوه خرد شده یا نصف لیوان آب میوه باشد، چه میزان میوه یا آب میوه طبیعی در روز مصرف می کنید؟				
(۱) اصلا	(۲) یک واحد	(۳) ۲-۳ واحد	(۴) ۴-۵ واحد	(۵) ۶ واحد و بیشتر
۲۲۳- معمولا چه مقدار از چربی گوشت را قبل از خوردن یا پختن جدا می کنید؟ (۱) همه چربی های قابل رویت				
(۲) بیشتر چربی های قابل رویت	(۳) کمی از چربی های قابل رویت	(۴) چربی ها را جدا نمیکنم	(۵) گوشت نمی خورم	
۲۲۴- هر چند وقت یک بار پوست مرغ را قبل از پخت یا خوردن جدا می کنید؟ (۱) هرگز (۲) به ندرت (۳) گاهی (۴) معمولا همیشه				
۲۲۵- هر روز به طور معمول چند لیوان آب مصرف می کنید؟ (۱) اصلا (۲) ۲-۳ لیوان (۳) ۴-۶ لیوان (۴) ۷-۸ لیوان (۵) ۹ لیوان و بیشتر				

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۲۲۶- در هفته چند لیوان شیر مصرف می کنید؟ (۱) اصلا (۲) ۱-۲ (۳) ۳-۴ (۴) ۴-۵ و بیشتر
۲۲۷- در هفته چند لیوان ماست مصرف می کنید؟ (۱) اصلا (۲) ۱-۲ (۳) ۳-۴ (۴) ۴-۵ و بیشتر
۲۲۸- در هفته چند بار پنیر استفاده می کنید؟ (۱) اصلا (۲) کمتر از یک بار در هفته (۳) یک بار (۴) ۲-۳ بار (۵) ۴ بار و بیشتر
۲۲۹- * طی سال گذشته، لبنیات مصرفی شما معمولاً از چه نوعی است؟ (۱) لبنیات چربی نگرفته (۲) چربی متوسط ۳٪ (۳) کم چرب ۵ تا ۲٪ (۴) نمی دانم (۵) لبنیات مصرف نمی کنم
۲۳۰- * طی ماه قبل کدامیک از داروها و مکمل های زیر را مصرف کرده اید؟ (۱) مکمل آهن (۲) مکمل کلسیم (۳) ویتامین های مکمل (۴) سایر مکمل ها (۵) هیچکدام << بروید سوال ۲۳۲
۲۳۱- آیا مصرف مواد فوق به دستور پزشک بوده است؟ (۱) بلی (۲) خیر
۲۳۲- آیا نمکدان سر سفره می گذارید؟ (۱) بلی (۲) خیر
۲۳۳- آیا موقع آشپزی از پیمانه برای اضافه کردن نمک استفاده می کنید؟ (۱) بلی (۲) خیر (۳) نمیدانم

ی- وضعیت شغلی

۲۳۴- آیا شاغل هستید: (۱) بلی (۲) خانه دار << به سوال ۲۳۷ بروید (۳) خیر << به سوال ۲۳۷ بروید
۲۳۵- در صورت جواب "بلی" چند ساعت در روز کار می کنید: (۳) ۴ تا ۶ ساعت (۴) ۷ تا ۹ ساعت (۵) بیشتر از ۹ ساعت (۱) کمتر از یک ساعت (۲) ۱ تا ۳ ساعت
۲۳۶- نوع شغل ۱- دولتی ۲- آزاد ۳- فنی ۴- خدمات ۵- کار بدون مزد
۲۳۷- از چه نوع بیمه ای استفاده می کنید: ۱- اصلاً از بیمه استفاده نمی کنم ۲- خدمات درمانی ۳- تامین اجتماعی ۴- ملی ایرانیان (۵) سایر
۲۳۸- معمولاً شبانه روز چند ساعت در منزل می نشینید؟ (۱) کمتر از یک ساعت (۲) ۱ تا ۳ ساعت (۳) ۴ تا ۶ ساعت (۴) ۷ تا ۹ ساعت (۵) ۱۰ ساعت و بیشتر
۲۳۹- معمولاً شبانه روز چند ساعت در محل کار یا وسیله نقلیه عمومی یا خودرو می نشینید؟ (۱) کمتر از یک ساعت (۲) ۱ تا ۳ ساعت (۳) ۴ تا ۶ ساعت (۴) ۷ تا ۹ ساعت (۵) ۱۰ ساعت و بیشتر
۲۴۰- چه مدت زمان خود در شبانه روز را به اینترنت اختصاص می دهید؟ (۱) هیچوقت (۲) کمتر از ۳۰ دقیقه (۳) ۳۰-۶۰ دقیقه (۴) ۱-۳ ساعت (۵) ۴ ساعت و بیشتر
۲۴۱- چه مدت زمان خود را در شبانه روز به ارتباط با دیگران از گوشی موبایل (وایبر، تلگرام، واتس آپ) اختصاص می دهید؟ (۱) هیچوقت (۲) کمتر از ۳۰ دقیقه (۳) ۳۰-۶۰ دقیقه (۴) ۱-۳ ساعت (۵) ۴ ساعت و بیشتر

ک- سوالات طب سنتی

۲۴۲- آیا در طول عمر خود، به حکیم (درمانگر طب سنتی) مراجعه کرده اید؟ (۱) بلی (۲) خیر << به سوال ۲۵۳ بروید

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۲۴۳- از کدامیک از روش‌های درمانی طب سنتی زیر تاکنون استفاده کرده‌اید؟ (۱) گیاهان دارویی و سنتی (۲) رژیم غذایی طب سنتی (۳) ماساژ درمانی (۴) حجامت (۵) رگ‌گیری
۲۴۴- (۱) بادکش (۲) زالودرمانی (۳) فصد (۴) آب درمانی یا استفاده از آب زن
۲۴۵- به منظور بهبود چه بیماری از روش‌های بالا استفاده کرده‌اید؟ (۱) بیماری دیابت (قند) (۲) فشارخون (۳) چربی بالا (۴) اختلال اعصاب و روان (۵) سردرد (میگرن)
۲۴۶- (۱) دردمفاصل (۲) چاقی (۳) اختلال زنان (۴) اختلال پوست (۵) سایر
۲۴۷- تاکنون چند بار از این روش‌ها استفاده کرده‌اید؟ (۱) یکبار (۲) دو بار (۳) ۳ بار (۴) چهار بار (۵) پنج بار و بیشتر

۲۴۸- چه کسی/کسانی استفاده از روش/روش‌های درمانی طب سنتی را به شما پیشنهاد کرده است؟ (۱) دوستان و آشنایان (۲) عطار (۳) درمانگر سنتی (حکیم) (۴) پزشک عمومی (۵) پزشک متخصص
۲۴۹- آیا پزشک شما (طب رایج) از این موضوع (استفاده شما از روش‌های درمانی طب سنتی) مطلع بوده است؟ (۱) بلی (۲) خیر
۲۵۰- اگر پزشک خود را مطلع نکرده‌اید علتش چه بوده است؟ (۱) ترس از برخورد نامناسب پزشک طب رایج (۲) ترس از ناراحتی پزشک طب رایج (۳) ترس از توجه کمتر پزشک طب رایج به دلیل مراجعه به پزشک طب سنتی (۴) ترس از عدم پذیرش از طرف پزشک معالج طب رایج (۵) ترس از عدم ادامه درمان توسط پزشک طب رایج

۲۵۱- آیا از اثرات و عوارض طب سنتی آگاهی دارید؟ (۱) بلی (۲) خیر
۲۵۲- در یکسال گذشته از کدام گیاهان دارویی استفاده کرده‌اید؟ (۱) آویشن، بابونه، گل خواصی (۲) خاکشیر، گل گاو زبان، (۳) اسطوخودوس (۴) سنبل الطیب

ل- وضعیت مصرف دخانیات و مواد مخدر:

۲۵۳- آیا سیگار می‌کشید؟ ۱- بلی ۲- گاهی ۳- ترک کرده‌ام ۴- هیچگاه مصرف نکرده‌ام (زیر ۱۰۰ عدد شامل این گزینه می‌شود) <<< بروید سوال ۲۵۸
۲۵۴- چند نفر از اعضای خانواده شما به غیر از شما سیگار می‌کشند؟ ۱- هیچ نفر (۲) ۱ نفر (۳) ۲ نفر (۴) ۳ نفر و بیشتر
۲۵۵- در صورتیکه سیگار می‌کشید، چند سال است؟ (۱) کمتر از یکسال (۲) ۱-۵ سال (۳) ۶-۱۰ سال (۴) ۱۱ سال و بیشتر
۲۵۶- روزانه تقریباً چند عدد سیگار می‌کشید؟ (۱) ۱-۱۰ عدد (۲) ۱۱-۲۰ عدد (۳) ۲۱-۴۰ عدد (۴) بیش از ۴۱ عدد
۲۵۷- در صورتیکه سیگار را ترک کرده‌اید چند سال است؟ (۱) کمتر از یکسال (۲) ۱-۵ سال (۳) ۶-۹ سال (۴) ۱۰ سال و بیشتر
۲۵۸- آیا قلیان مصرف می‌کنید؟ (۱) بلی (۲) خیر <<< بروید سوال ۲۶۰ (۳) گهگاهی
۲۵۹- در صورت بلی، چند بار در هفته؟ (۱) ۱ بار (۲) ۲-۳ بار (۳) ۴ تا ۷ بار (۴) بیش از روزی یک بار
۲۶۰- آیا مواد مخدر مصرف می‌کنید؟ (۱) خیر <<< بروید سوال ۲۶۳ (۲) تفرنی (۳) بلی
۲۶۱- در صورت بلی، چند بار در هفته؟ (۱) ۱ بار (۲) ۲-۳ بار (۳) ۴ تا ۷ بار (۴) بیش از روزی یک بار
۲۶۲- آیا سابقه درمان اعتیاد داشته‌اید؟ ۱- بلی ۲- خیر

پرسشنامه مطالعه سلامت مردم یزد - یاس (توجه: هر سوال یک پاسخ بجز سوالات *دار)

۲۸۴- اگر خونریزی بعد از زایمان داشته اید چگونه درمان شده اید؟ (۱) در آوردن رحم (۲) درمان دارویی
۲۸۵- کدام یک از غربالگری های زیر را انجام داده اید؟ (۱) پاپ اسمیر (۲) ماموگرافی (۳) سونوگرافی (غیر از سونوگرافی بارداری) (۴) هیچکدام
۲۸۶- آیا سابقه نازایی در فامیل درجه ۱ و ۲ (خواهر، مادر، دختر عمه، دختر دایی و...) شما بوده است؟ ۱- بلی ۲- خیر
۲۸۷- آیا خودتان مشکل نازایی (یکسال عدم حاملگی بدون پیشگیری) داشته اید؟ ۱- بلی ۲- خیر << بروید سوال ۲۹۰
۲۸۸- آیا نازایی شما اولیه (یعنی هیچنوع حاملگی نداشته باشید) یا ثانویه (حاملگی منجر به زایمان نداشته باشید) است؟ (۱) اولیه (۲) ثانویه
۲۸۹- مشکل نازایی شما از چه نوع است؟ (۱) مردانه (۲) زنانه (۳) هر دو مورد (۴) هیچکدام
۲۹۰- در مجموع میانگین زمان شیردهی به فرزندتان چقدر بوده است؟ ۱- اصلاً به بچه هایم شیر نمی دهم (۲) ۶ ماه و کمتر (۳) ۶-۱۱ ماه (۴) ۱۲ ماه و بیشتر
۲۹۱- آیا تاکنون از روش ها پیشگیری از بارداری استفاده کرده اید؟ (۱) بلی (۲) خیر
۲۹۲- بیشترین روش پیشگیری مورد استفاده شما عبارت بود از: (۱) مواد هورمونی (قرص، آمپول) (۲) آی یو دی (۳) کاندوم (۴) روش طبیعی
۲۹۳- آیا طلاق داشته اید؟ (۱) بلی (۲) خیر
۲۹۴- آیا حاملگی خارج رحمی داشته اید؟ (۱) هیچ بار (۲) ۱ بار (۳) ۲ بار (۴) ۳ بار و بیشتر
۲۹۵- آیا عمل برداشتن رحم داشته اید؟ ۱- بلی ۲- خیر
۲۹۶- سن عمل: (۱) کمتر از ۳۰ سالگی (۲) ۳۰-۳۹ سالگی (۳) ۴۰-۴۹ سالگی (۴) ۵۰ و بیشتر
۲۹۷- آیا عمل برداشتن تخمدان ها داشته اید؟ ۱- بلی ۲- خیر
۲۹۸- سن عمل: (۱) کمتر از ۳۰ سالگی (۲) ۳۰-۳۹ سالگی (۳) ۴۰-۴۹ سالگی (۴) ۵۰ و بیشتر
۲۹۹- آیا عمل بستن لوله های رحمی برای پیشگیری از حاملگی داشته اید؟ ۱- بلی ۲- خیر
۳۰۰- سن عمل: (۱) کمتر از ۳۰ سالگی (۲) ۳۰-۳۹ سالگی (۳) ۴۰-۴۹ سالگی (۴) ۵۰ و بیشتر

Version 3.0 (02.10.1393)

