



ОПИТУВАЛЬНИК ЩОДО РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ (EDE-Q)

Інструкція: Наступні запитання відносяться до подій лише останніх чотирьох тижнів (28 днів). Просимо уважно прочитати кожне запитання. Просимо відповісти на всі запитання. Дякуємо.

Запитання 1-12: Обведіть номер справа, який характерний для Вас. Пам'ятайте, що запитання стосуються лише останніх 4 тижнів.

	Як часто за останні 28 днів	Жодного дня	1-5 дні	6-12 днів	13-15 днів	16-22 дні	23-27 днів	Кожен день
1	Чи Ви свідомо <u>пробували</u> обмежити кількість їжі, яку ви їсте, щоб вплинути на свою вагу чи форму, (незалежно чи Вам вдалося це чи ні)?							
2	Чи Ви залишалися довший період (8 годин бадьорості і довше) без їжі з метою вплинути на Вашу вагу чи форму?							
3	Чи Ви <u>пробували</u> виключити зі свого харчування певні продукти, які Ви любите з метою вплинути на Вашу вагу чи форму (незалежно чи Вам вдалося це чи ні)?							
4	Чи Ви <u>пробували</u> дотримуватися певних правил харчування (наприклад, обмеження калорій) з метою вплинути на Вашу вагу чи форму (незалежно чи Вам вдалося це чи ні)?							
5	Чи Ви маєте чітке бажання мати <u>порожній</u> живіт з метою вплинути на Вашу вагу чи форму?							
6	Чи Ви маєте чітке бажання мати <u>абсолютно плоский</u> живіт?							
7	Чи думки про <u>їжу, харчування чи калорії</u> заставляють Вас мати труднощі з концентруванням уваги на речах, що Вам подобаються (наприклад, роботі, спілкуванні, чи читанні)?							
8	Чи думки про <u>вагу та форму</u> заставляють Вас мати труднощі з концентруванням на речах, що Вам подобаються (наприклад, роботі, спілкуванні, чи читанні)?							
9	Чи Ви маєте страх втратити контроль над кількістю їжі?							
10	Чи Ви маєте страх набрати вагу?							
11	Чи Ви відчуваєте себе грубою?							
12	Чи Ви маєте чітке бажання втратити вагу?							

Запитання 13-18: просимо написати потрібне число замість крапочок справа. Пам'ятайте, що питання стосуються лише останніх 4 тижнів (28 днів.)

За останні 4 тижні (28 днів)

13	За останні 28 днів, як часто Ви з'їдали кількість їжі, яку інші люди за звичайних умов назвали би <u>неймовірно великою кількістю</u> їжі?
14 у скількох з цих випадків Ви би мали відчуття втрати контролю за тим, що їсте (в той час коли Ви їли)?
15	За останні 28 днів, скільки ДНІВ ставалися такі епізоди переїдання (Ви з'їдали неймовірно велику кількість їжі і мали в той час відчуття втрати контролю над їжею)?
16	За останні 28 днів, <u>скільки разів</u> Ви блювали з метою контролю за вагою чи формою?
17	За останні 28 днів, <u>скільки разів</u> Ви вживали проносні ліки з метою контролю за вагою та формою?
18	За останні 28 днів, <u>скільки разів</u> Ви мали надмірні фізичні навантаження, або тривалу зарядку, яка мала на меті контроль за вагою, формами, чи повнотою, чи спалювання калорій?



Запитання 19-21: просимо обвести вибране число. Просимо пам'ятати, що для цих запитань компульсивне переїдання означає таку кількість їжі, яку інші люди за таких самих обставин назвали би надмірно великою, а також присутнє відчуття втрати контролю над кількістю їжі.

19	За останні 28 днів скільки днів Ви їли таємно (крадькома)?не рахуючи епізоди переїдання	Жодного дня	1-5 днів	6-12 днів	13-15 днів	16-22 дні	23-27 днів	Кожен день
		0	1	2	3	4	5	6
20	Скільки часу Ви відчуваєте себе винною коли їсте (відчуття, що Ви робите щось погане) тому, що це вплине на вашу вагу та форму?не рахуючи епізоди переїдання	Зовсім ні	Трохи часу	Менше половини часу	Половину часу	Більшу половини часу	Майже весь час	Весь час
		0	1	2	3	4	5	6
21	За останні 28 днів, як сильно Ви хвилювалися через те, що люди бачать, що Ви їсте?	Зовсім ні		Трохи		Середньо		Сильно
		0	1	2	3	4	5	6

Запитання 22-28: Просимо обвести справа відповідний номер. Пам'ятайте, що всі питання стосуються лише останніх 4 тижнів (28 днів).

За останні 28 днів.....		Зовсім ні	Трохи	Середньо	Сильно			
22	Чи Ваша <u>вага</u> впливає на те, як Ви думаєте (судите) про себе?	0	1	2	3	4	5	6
23	Чи Ваші <u>форми</u> впливають на те, як Ви думаєте (судите) про себе?	0	1	2	3	4	5	6
24	Наскільки Вас засмутить те, що Вас попросять зважуватися щотижня (не частіше, ні рідше) наступні чотири тижні?	0	1	2	3	4	5	6
25	Наскільки Ви не задоволені власною <u>вагою</u> ?	0	1	2	3	4	5	6
26	Наскільки Ви не задоволені власними <u>формами</u> ?	0	1	2	3	4	5	6
27	Наскільки Вам не комфортно коли Ви бачите своє тіло (дивитися на себе в дзеркалі, у вітрині магазину, коли роздягаєтесь, чи приймаєте ванну або душ)?	0	1	2	3	4	5	6
28	Наскільки некомфортно Ви чуєтесь коли <u>інші</u> бачать Вашу форму чи фігуру (в загальній переодягальні, в басейні, або коли Ви в облягаючому одязі)	0	1	2	3	4	5	6

Яка у Вас зараз вага?

Який Ваш зріст зараз?

Для жінок:за останні три-чотири місяці чи були у Вас пропущені менструації?

Якщо так, то скільки?

Чи Ви приймаєте контрацептиви?

Дякуємо!