

**КРАТКИЙ ОПРОСНИК ВОЗ ДЛЯ ОЦЕНКИ
КАЧЕСТВА ЖИЗНИ**

**THE WORLD HEALTH ORGANIZATION
QUALITY OF LIFE (WHOQOL) -BREF**

The World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)-BREF

© World Health Organization 2004

All rights reserved. Publications of the World Health Organization can be obtained from Marketing and Dissemination, World Health Organization, 20 Avenue Appia, 1211 Geneva 27, Switzerland (tel: +41 22 791 2476; fax: +41 22 791 4857; email: bookorders@who.int). Requests for permission to reproduce or translate WHO publications—whether for sale or for noncommercial distribution—should be addressed to Publications, at the above address (fax: +41 22 791 4806; email: permissions@who.int).

The designations employed and the presentation of the material in this publication do not imply the expression of any opinion whatsoever on the part of the World Health Organization concerning the legal status of any country, territory, city or area or of its authorities, or concerning the delimitation of its frontiers or boundaries. Dotted lines on maps represent approximate border lines for which there may not yet be full agreement.

The mention of specific companies or of certain manufacturers' products does not imply that they are endorsed or recommended by the World Health Organization in preference to others of a similar nature that are not mentioned. Errors and omissions excepted, the names of proprietary products are distinguished by initial capital letters.

The World Health Organization does not warrant that the information contained in this publication is complete and correct and shall not be liable for any damages incurred as a result of its use.

Acknowledgements

Translation of this document was performed on behalf of the World Health Organization by Dr A. Abesonova and Dr V. Schtengelov. The translated document was reviewed and edited by Dr D. Poltavets, Dr I. Grishayeva and Dr S. Dvoryak. Back translation was performed by Mr P. Nasada.

**Краткий опросник ВОЗ для оценки качества жизни
(WHOQOL-BREF)**

Следующие вопросы касаются Вашей точки зрения на качество жизни, на состояние здоровья и другие сферы Вашей жизни. Я буду вслух читать Вам каждый вопрос вместе с вариантами ответов. **Пожалуйста, выберите ответ, который покажется наиболее подходящим.** Если вы не уверены, как ответить на вопрос, первый ответ, который придет Вам в голову, часто бывает наилучшим. Пожалуйста, помните о своих стандартах, надеждах, развлечениях и интересах. Мы спрашиваем о том, какой Вы считаете свою жизнь **в течение последних четырех недель.**

| | | Очень плохо | Плохо | Ни плохо, ни хорошо | Хорошо | Очень хорошо |
|----|--|-----------------------|-----------------|---------------------|--------------|--------------------|
| 1. | Как Вы оцениваете качество Вашей жизни? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | Очень не удовлетворен | Не удовлетворен | Ни то, ни другое | Удовлетворен | Очень удовлетворен |
| 2. | Насколько Вы удовлетворены состоянием своего здоровья? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

В ответах на следующие вопросы укажите, в **какой степени** Вы испытывали определенные состояния в течение последних четырех недель.

| | | Вовсе нет | Немного | Умеренно | В значительной степени | Чрезмерно |
|----|--|-----------|---------|----------|------------------------|-----------|
| 3. | По Вашему мнению, в какой степени физические боли мешают Вам выполнять свои обязанности? | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 4. | В какой степени Вы нуждаетесь в какой-либо медицинской помощи для нормального функционирования в своей повседневной жизни? | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5. | Насколько Вы довольны своей жизнью? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|---|
| 6. | Насколько, по Вашему мнению, Ваша жизнь наполнена смыслом? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----|--|---|---|---|---|---|

| | | Вовсе нет | Немного | Умеренно | В значительной степени | Чрезмерно |
|----|--|-----------|---------|----------|------------------------|-----------|
| 7. | Насколько хорошо Вы можете концентрировать внимание? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. | Насколько безопасно Вы чувствуете себя в повседневной жизни? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. | Насколько здоровой является физическая среда вокруг Вас? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

В следующих вопросах речь идет о том, насколько полно Вы ощущали или были в состоянии выполнять определенные функции в течение последних четырех недель.

| | | Вовсе нет | Немного | Умеренно | В основном | Полностью |
|-----|--|-----------|---------|----------|------------|-----------|
| 10. | Достаточно ли у Вас энергии для повседневной жизни? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. | Способны ли Вы смириться со своим внешним видом? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. | Достаточно ли у Вас денег для удовлетворения Ваших потребностей? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. | Насколько доступна для Вас информация, необходимая в Вашей повседневной жизни? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. | В какой мере у Вас есть возможности для отдыха и развлечений? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| | | Очень плохо | Плохо | Ни плохо, ни хорошо | Хорошо | Очень хорошо |
|-----|---|-------------|-------|---------------------|--------|--------------|
| 15. | Насколько легко Вы можете добраться до нужных Вам мест? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| | | Совершенно не удовлетворен | Не удов- летворен | Ни то, ни другое | Удовлет- ворен | Очень удов- летворен |
|-----|---|----------------------------------|----------------------|---------------------|-------------------|----------------------------|
| 16. | Насколько Вы удовлетворены своим сном? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. | Насколько Вы удовлетворены способностью выполнять свои повседневные обязанности? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. | Насколько Вы удовлетворены своею трудоспособностью? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. | Насколько Вы довольны собой? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. | Насколько Вы удовлетворены личными взаимоотношениями? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21. | Насколько Вы удовлетворены своею сексуальной жизнью? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22. | Насколько Вы удовлетворены поддержкой, которую Вы получаете от своих друзей? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23. | Насколько Вы удовлетворены условиями в месте Вашего проживания ? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24. | Насколько Вы удовлетворены доступностью медицинского обслуживания для Вас? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25. | Насколько Вы удовлетворены транспортом, которым Вы пользуетесь? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Следующие вопросы касаются того, насколько часто Вы ощущали или переживали определенные состояния в течение последних четырех недель.

| | | Никогда | Изредка | Довольно часто | Очень часто | Всегда |
|-----|---|---------|---------|----------------|-------------|--------|
| 26. | Как часто у Вас были отрицательные переживания, например плохое настроение, отчаяние, тревога, депрессия? | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

У Вас есть какие-нибудь замечания в отношении обследования (оценки)?

[Следующую таблицу следует заполнять после завершения интервью]

| | | Уравнения для подсчета баллов по каждой сфере | «Сырой» показатель | Преобразованные показатели* | |
|-----|----------------|--|--------------------|-----------------------------|-------|
| | | | | 4-20 | 0-100 |
| 27. | Сфера 1 | $(6-Q3) + (6-Q4) + Q10 + Q15 + Q16 + Q17 + Q18$ $\square + \square + \square + \square + \square + \square + \square$ | a. = | б: | в: |
| 28. | Сфера 2 | $Q5 + Q6 + Q7 + Q11 + Q19 + (6-Q26)$ $\square + \square + \square + \square + \square + \square$ | a. = | б: | в: |
| 29. | Сфера 3 | $Q20 + Q21 + Q22$ $\square + \square + \square$ | a. = | Б: | в: |
| 30. | Сфера 4 | $Q8 + Q9 + Q12 + Q13 + Q14 + Q23 + Q24 + Q25$ $\square + \square + \square + \square + \square + \square + \square + \square$ | a. = | б: | в: |

- См. Инструкции к процедурам, страницы 13–15