Work Productivity and Activity Impairment Questionnaire: Lupus, V2.1 (WPAI: Lupus)

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਵਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲੂਪਸ (lupus) ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਕਾਬਲੀਅਤ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿੱਤ ਦੇ ਕੰਮਕਾਜ ਉੱਪਰ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਬਾਰੇ ਹਨ। *ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦੱਸੇ ਮੁਤਾਬਕ ਖਾਲੀ ਥਾਂਵਾਂ ਭਰੋ ਜਾਂ ਇੱਕ ਸੰਖਿਆ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਘੇਰਾ ਬਣਾਓ।*

1. ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵੇਲੇ ਨੌਕਰੀ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਕੰਮ (ਪੈਸੇ ਲਈ ਕੰਮ) ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ?

____ ਨਹੀਂ ____ ਹਾਂ

ਜੇ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ''ਨਹੀਂ'' ਤੇ ਸਹੀ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਉ ਅਤੇ ਸਿੱਧਾ ਛੇਵੇਂ ਸਵਾਲ ਤੇ ਜਾਉ।

ਹੇਠਲੇ ਸਵਾਲ **ਪਿਛਲੇ ਸੱਤ ਦਿਨਾਂ** ਬਾਰੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਅੱਜ ਦਾ ਦਿਨ ਸ਼ਾਮਿਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।

2. ਪਿਛਲੇ ਸੱਤ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲੂਪਸ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਕਾਰਨ ਕਿੰਨੇ ਘੰਟੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ? *ਇਸ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਘੰਟੇ, ਜਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਤੁਸੀਂ ਲੂਪਸ ਕਾਰਨ ਕੰਮ ਤੇ ਦੇਰ ਨਾਲ ਗਏ ਜਾਂ ਕੰਮ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਵਾਪਸ ਆ ਗਏ, ਆਦਿ ਘੰਟੇ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰੋ। ਸਾਡੇ ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਲਾਇਆ ਗਿਆ ਸਮਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਨਾ ਜੋੜੋ।*

______ ਘੰਟੇ

3. ਪਿਛਲੇ ਸੱਤ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ (ਜਿਵੇਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਮਨਾਉਣ, ਸਰਕਾਰੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ, ਜਾਂ ਸਾਡੇ ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ) ਕਿੰਨੇ ਘੰਟੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ?

______ ਘੰਟੇ

4. ਪਿਛਲੇ ਸੱਤ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਘੰਟੇ ਕੰਮ ਕੀਤਾ?

______ ਘੰਟੇ (*ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਜਵਾਬ ''0'' ਹੈ ਤਾਂ ਸਿੱਧਾ ਛੇਵੇਂ ਸਵਾਲ ਤੇ ਜਾਉ।*)

5. ਪਿਛਲੇ ਸੱਤ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਲੂਪਸ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮਕਾਰ ਕਰਦਿਆਂ ਤੁਹਾਡੀ ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਉੱਪਰ ਕਿੰਨਾ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਾਇਆ ਹੈ?

ਉਹਨਾਂ ਦਿਨਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਓਨਾ ਜਾਂ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇ ਜਿੰਨਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਸੀ, ਉਹਨਾਂ ਦਿਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਦੋਂ ਓਨਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਨਿਬੇੜ ਸਕੇ ਜਿੰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸੀ, ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦਿਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਓਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵਰਗੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇ ਸੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੂਪਸ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਤੇ ਥੋੜਾ ਜਿਹਾ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਾਇਆ ਸੀ ਤਾਂ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਸੰਖਿਆ ਚੁਣੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੂਪਸ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਤੇ ਬਹੁਤਾ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਾਇਆ ਸੀ ਤਾਂ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸੰਖਿਆ ਚੁਣੋ।

ਸਿਰਫ ਇਹ ਵਿਚਾਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮਕਾਰ ਕਰਦਿਆਂ ਲੂਪਸ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਉੱਤੇ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਅਸਰ ਪਾਇਆ।

ਲੂਪਸ ਨੇ ਮੇਰੇ ਕੰਮ ਤੇ ਕੋਈ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	ਲੂਪਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦਿੱਤਾ

ਇੱਕ ਸੰਖਿਆ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਘੇਰਾ ਬਣਾਓ

6. ਪਿਛਲੇ ਸੱਤ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਲੂਪਸ ਨੇ ਨੌਕਰੀ ਵਾਲੇ ਕੰਮ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਨਿੱਤ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਤੇ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਾਇਆ ਹੈ?

ਨਿੱਤ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੋਂ ਸਾਡਾ ਮਤਲਬ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਆਮ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਘਰ ਦਾ ਕੰਮ ਕਾਜ, ਖਰੀਦਦਾਰੀ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਕਸਰਤ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਆਦਿ। ਉਹਨਾਂ ਸਮਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਓਨੀਆਂ ਜਾਂ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇ ਜਿੰਨੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਸੀ, ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸਮਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਦੋਂ ਓਨਾ ਨਹੀਂ ਨਿਬੇੜ ਸਕੇ ਜਿੰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸੀ। ਜੇ ਲੂਪਸ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੇ ਥੋੜਾ ਜਿਹਾ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਾਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਸੰਖਿਆ ਚੁਣੋ। ਜੇ ਲੂਪਸ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੇ ਬਹੁਤਾ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਾਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸੰਖਿਆ ਚੁਣੋ।

ਸਿਰਫ ਇਹ ਵਿਚਾਰੋ ਕਿ ਲੂਪਸ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਨਿੱਤ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਜੋ ਨੌਕਰੀ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਹੋਣ, ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਉੱਤੇ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਅਸਰ ਪਾਇਆ।

ਲੂਪਸ ਨੇ ਮੇਰੀਆਂ ਨਿੱਤ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਉੱਪਰ ਕੋਈ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	ਲੂਪਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਨਿੱਤ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦਿੱਤਾ

ਇੱਕ ਸੰਖਿਆ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਘੇਰਾ ਬਣਾਓ