

ಕೆಲಸ ಉತ್ಪಾದನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆ ಕುಸಿತದ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿ
ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತ V2.0 (WPAI:RA)

ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ನಿಮಗಿರುವ ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಮೇಲಾದ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳುತ್ತವೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ಖಾಲಿ ಜಾಗವನ್ನು ಸೂಚಿಸಿದಂತೆ ತುಂಬಿರಿ ಅಥವಾ ಸಮರ್ಪಕ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಉರುಟಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿ.

1. ಈಗ ನಿಮ್ಮ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿರುವಿರಾ (ಸಂಬಳಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಅಥವಾ ಸ್ವ-ಉದ್ಯೋಗ _____ ಇಲ್ಲ _____ ಹೌದು ಇಲ್ಲವಾದರೆ, "ಇಲ್ಲ" ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿರಿ ಮತ್ತು 6ನೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಮುಂದುವರಿಯಿರಿ.

ಮುಂದಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಇಂದಿನ ಹೊರತಾಗಿ ಕಳೆದ ಏಳು ದಿನಗಳಿಗಾಗಿ ಇವೆ.

2. ನಿಮ್ಮ ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತ ಸಂಬಂಧಿತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಕಳೆದ ಏಳು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಎಷ್ಟು ಗಂಟೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡದಿರುವಂತಾಯಿತು? ನಿಮಗಿರುವ ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ ಅನಾರೋಗ್ಯದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಗಂಟೆಗಳು, ನೀವು ತಡವಾಗಿ ಹೋದ ಸಮಯಗಳು, ಬೇಗನೆ ಹಿಂದಿರುಗಿದುದು, ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಅದರಲ್ಲಿ ನೀವು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದಕ್ಕೆ ವ್ಯಯಿಸಿದ ಸಮಯವನ್ನು ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ.

_____ ಗಂಟೆಗಳು

3. ಕಳೆದ ಏಳು ದಿನಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಯಾವುದೋ ಕಾರಣದಿಂದ ಎಷ್ಟು ಗಂಟೆ ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡದಂತಾಯಿತು, ಅಂದರೆ ಬಿಡುವಿನ ದಿನಗಳು, ರಜಾ ದಿನಗಳು, ಈ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಸಮಯ ?

_____ ಗಂಟೆಗಳು

4. ಕಳೆದ ಏಳು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ನಿಜವಾಗಿ ನೀವು ಎಷ್ಟು ಗಂಟೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿರುವಿರಿ?

_____ ಗಂಟೆಗಳು (ಒಂದು ವೇಳೆ "0", ಆಗಿದ್ದರೆ 6ನೇ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಮುಂದುವರಿಯಿರಿ)

5. ಕಳೆದ ಏಳು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನಿಮ್ಮ ಉತ್ಪಾದಕತೆಯ ಮೇಲೆ ನಿಮಗಿರುವ ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಭಾವ ಆಗಿದೆ?

ನೀವು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸದ ಪ್ರಮಾಣ ಅಥವಾ ರೀತಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಮಿತಿ, ನೀವು ಮಾಡಬಹುದಾದುದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದ ಕೆಲಸ ಅಥವಾ ಎಂದಿನಂತೆ ಜಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಮಾಡಲಾಗದ ಕೆಲಸಗಳು, ಇಂತಹ ದಿನಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಪ್ರಭಾವವಾಗಿರುವುದಾದರೆ, ಸಣ್ಣ ಅಂಕಿಯನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಭಾವವಾಗಿರುವುದಾದರೆ ದೊಡ್ಡ ಅಂಕಿಯನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ನೀವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಉತ್ಪಾದನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಮೇಲೆ ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿದೆ ಎಂದು ಮಾತ್ರ ಪರಿಗಣಿಸಿ.

ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ ನನ್ನ ಕೆಲಸದ ಮೇಲೆ ಯಾವ ಪರಿಣಾಮವೂ ಆಗಿಲ್ಲ	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ನನಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ತಡೆಯುಂಟಾಗಿತ್ತು.
---	------------------------	---

ಒಂದು ಅಂಕಿಗೆ ವೃತ್ತಾಕಾರ ಹಾಕಿರಿ

6. ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ, ಕಳೆದ ಏಳು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ ದೈನಂದಿನ ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ನಿರ್ವಹಣಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಮೇಲೆ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಭಾವವಾಯಿತು?

ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆ ಎಂದು ನಾವು ಅನ್ನುವುದರ ಅರ್ಥ, ನೀವು ಮಾಡುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಅಂದರೆ, ಮನೆಯ ಕೆಲಸ, ಶಾಪಿಂಗ್, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ವ್ಯಾಯಾಮ, ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಇತ್ಯಾದಿ. ನೀವು ಮಾಡುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಪ್ರಮಾಣ ಅಥವಾ ಬಗೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಮಿತಿಯ ಸಮಯ, ನೀವು ಮಾಡಬಹುದಾದುದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ಆ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಪ್ರಭಾವವಾಗಿರುವುದಾದರೆ, ಸಣ್ಣ ಅಂಕಿಯನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಭಾವವಾಗಿರುವುದಾದರೆ ದೊಡ್ಡ ಅಂಕಿಯನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ, ದೈನಂದಿನ ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ನಿರ್ವಹಣಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಮೇಲೆ ರುಮಟಾಯ್ಡ್ ಸಂಧಿವಾತ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿದೆ ಎಂದು ಮಾತ್ರ ಪರಿಗಣಿಸಿ.

ರುಮಟಾಯ್ಡ್

ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ ನನ್ನ

ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮೇಲೆ

ಯಾವ ಪರಿಣಾಮವೂ

ಆಗಿಲ್ಲ

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

ರುಮಟಾಯ್ಡ್

ಸಂಧಿವಾತದಿಂದ

ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು

ಮಾಡಲು ನನಗೆ

ಸಂಪೂರ್ಣ

ತಡೆಯುಂಟಾಗಿತ್ತು.

ಒಂದು ಅಂಕಿಗೆ ವೃತ್ತಾಕಾರ ಹಾಕಿರಿ

WPAI:RA V2.0 (India/Kannada)