

## OBESI-Q versie 2.0

De OBESI-Q is een kwaliteit van leven vragenlijst die uitgevraagd kan worden bij alle patiënten met morbide obesitas die een gewichtsverminderende behandeling ondergaan. Deze vragenlijst omvat een set van 6 geselecteerde subschalen van de BODY-Q<sup>®</sup> die los gevalideerd zijn. De OBESI-Q is samengesteld door vertegenwoordiging van de wetenschappelijke verenigingen Heelkunde (NVvH), Plastische Chirurgie (NVPC) en Internisten (NIV) en de patiëntenvereniging (Stichting Over Gewicht). Er is licentie verleend voor het gebruik van de Nederlandse versie voor alle patiënten die een aan obesitas gerelateerde behandeling ondergaan.

Bij vragen kunt u terecht bij de DICA servicedesk via het e-mailadres: dica-servicedesk@mrdm.nl

### Deze vragen gaan over uw eetgedrag.

Denk aan het ETEN dat u at in de afgelopen week. Hoe vaak:

	Nooit	Soms	Vaak	Altijd
1. Voelde u zich verzadigd na het eten?	1	2	3	4
2. At u <u>gezond</u> eten dat uw lichaam nodig heeft?	1	2	3	4
3. Toonde u zelfbeheersing als u at?	1	2	3	4
4. Voelde u dat u controle had over wat u at?	1	2	3	4
5. KAUWDE u uw eten goed fijn voordat u het doorslikte?	1	2	3	4
6. At u de juiste <u>hoeveelheid</u> eten?	1	2	3	4
7. At u in het juiste tempo (niet te snel)?	1	2	3	4
8. Vermeed u ongezonde tussendoortjes?	1	2	3	4
9. Stopte u met eten <u>voordat</u> u zich vol voelde?	1	2	3	4

**Deze stellingen gaan over sociaal welzijn.**

Als u aan uw lichaam denkt, in de afgelopen week, in hoeverre bent u het oneens of eens met iedere stelling:

		Helemaal oneens	Een beetje oneens	Een beetje eens	Helemaal eens
1.	Ik voel me op mijn gemak op sociale bijeenkomsten met mensen die ik ken.	1	2	3	4
2.	Mensen luisteren naar wat ik te zeggen heb.	1	2	3	4
3.	Ik voel me geaccepteerd door andere mensen.	1	2	3	4
4.	Ik voel me erbij horen in sociale situaties.	1	2	3	4
5.	Ik maak een goede eerste indruk.	1	2	3	4
6.	Ik neem deel aan het leven in plaats van achterover te leunen.	1	2	3	4
7.	Ik maak gemakkelijk nieuwe vrienden.	1	2	3	4
8.	Ik ben zelfverzekerd in een groep (bijvoorbeeld vergaderingen).	1	2	3	4
9.	Ik ben ontspannen tussen mensen die ik niet goed ken.	1	2	3	4
10.	Ik voel me zelfverzekerd wanneer ik een ruimte vol mensen inga die ik niet ken.	1	2	3	4

**Deze stellingen gaan over uw psychisch welbevinden.**

Als u aan uw lichaam denkt, in de afgelopen week, in hoeverre bent u het oneens of eens met iedere stelling:

		Helemaal oneens	Een beetje oneens	Een beetje eens	Helemaal eens
1.	Ik geloof in mijzelf.	1	2	3	4
2.	Ik ben trots op mijzelf.	1	2	3	4
3.	Ik voel me gelukkig.	1	2	3	4
4.	Ik vind mijzelf leuk.	1	2	3	4
5.	Ik ben emotioneel sterk.	1	2	3	4
6.	Ik heb het gevoel dat ik mijn leven in de hand heb.	1	2	3	4
7.	Ik voel me zelfverzekerd.	1	2	3	4
8.	Ik accepteer mijzelf.	1	2	3	4
9.	Ik voel me op mijn gemak met mijzelf.	1	2	3	4
10.	Ik vind mijzelf geweldig.	1	2	3	4

**Deze vragen gaan over lichamelijke activiteiten.**

Als u aan uw lichaam denkt, in de afgelopen week, hoe vaak heeft u een probleem gehad met:

	<b>Altijd</b>	<b>Vaak</b>	<b>Soms</b>	<b>Nooit</b>
1. Opstaan uit bed?	1	2	3	4
2. Buigen van de ene kant naar de andere?	1	2	3	4
3. Wandelen of rondlopen?	1	2	3	4
4. Naar voren buigen (bijvoorbeeld om uw schoenen vast te maken)?	1	2	3	4
5. Matige lichamelijke inspanning (bijvoorbeeld een stevige wandeling maken)?	1	2	3	4
6. De trap op- of aflopen?	1	2	3	4
7. Langdurig staan?	1	2	3	4

**Deze stellingen gaan over het beeld dat u van uw lichaam heeft.**

Als u aan uw lichaam denkt, in de afgelopen week, in hoeverre bent u het oneens of eens met iedere stelling:

	<b>Helemaal oneens</b>	<b>Een beetje oneens</b>	<b>Een beetje eens</b>	<b>Helemaal eens</b>
1. Ik denk positief over mijn lichaam.	1	2	3	4
2. Mijn lichaam is niet perfect, maar ik hou ervan.	1	2	3	4
3. Ik ben blij met mijn lichaam.	1	2	3	4
4. Ik ben trots op mijn lichaam.	1	2	3	4
5. Ik vind mijn lichaam aantrekkelijk.	1	2	3	4
6. Ik voel me goed over mijn lichaam als ik naakt ben.	1	2	3	4
7. Ik heb het lichaam dat ik wil.	1	2	3	4

**Deze stellingen gaan over seksueel welzijn.**

Als u deze vragen liever niet beantwoord, laat u ze open. Als u aan uw lichaam denkt, in hoeverre bent u het oneens of eens met iedere stelling:

	<b>Helemaal oneens</b>	<b>Een beetje oneens</b>	<b>Een beetje eens</b>	<b>Helemaal eens</b>
1. Ik vind seks bevredigend.	1	2	3	4
2. Ik ben op mijn gemak als ik me voor mijn partner uitkleed.	1	2	3	4
3. Ik ben tevreden met mijn seksleven.	1	2	3	4
4. Ik ben op mijn gemak met lichten aan tijdens seks.	1	2	3	4
5. Ik voel mij seksueel aantrekkelijk als ik uitgekleed ben.	1	2	3	4