# CarerQol-7D

Vi skulle vilja få ett intryck av din situation som vårdgivare.

Kryssa i den ruta som bäst stämmer överens med din vårdgivarsituation just nu.

*Kryssa endast i en ruta per fråga!*

ingen/inget/inga

stor(a)

lite

1. Jag får
2. Jag har
3. Jag har
4. Jag har
5. Jag har
6. Jag får
7. Jag har

tillfredsställelse av att utföra mina vårdande uppgifter.

relationsproblem med vårdtagaren/den jag vårdar (*han/hon är väldigt krävande; vi har kommunikationsproblem*).

problem med min egen mentala hälsa (*stress, rädsla, nedstämdhet, depression, oro över framtiden*).

problem att kombinera mina vårdgivaruppgifter med mitt dagliga liv (*hushållsaktiviteter, jobb, studier, familj, fritidsaktiviteter*).

ekonomiska problem på grund av mina uppgifter som vårdgivare.

hjälp att utföra mina uppgifter som vårdgivare när jag behöver det (*från familj, vänner, grannar eller andra*).

problem med min egen hälsa (*oftare sjuk, trötthet, fysiska åkommor*).

# CarerQol-VAS

Hur lycklig känner du dig för tillfället?

*Sätt ett kryss på skalan nedanför som visar hur du mår just idag.*

mycket olycklig

mycket lycklig

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10