

7.

Шкала оценки усталости (FATIGUE ASSESSMENT SCALE (FAS))

Оценивает: реабилитолог/инструктор-методист ЛФК/медсестра по реабилитации

Назначение: оценка степени усталости, которую испытывает пациент

Вопросы	Никогда	Иногда	Регулярно	Часто	Всегда
1. Меня беспокоит усталость	1	2	3	4	5
2. Я устаю очень быстро	1	2	3	4	5
3. Я не могу сделать многое в течение дня	1	2	3	4	5
4. У меня достаточно энергии для повседневной жизни	1	2	3	4	5
5. Физически я чувствую себя изнуренным	1	2	3	4	5
6. У меня есть проблемы с тем, чтобы что-то начать делать	1	2	3	4	5
7. У меня проблемы с ясностью мышления	1	2	3	4	5
8. У меня нет никакого желания делать что-нибудь	1	2	3	4	5
9. Я чувствую себя умственно истощенным	1	2	3	4	5
10. Когда я что-то делаю, я могу достаточно хорошо сконцентрироваться	1	2	3	4	5

Интерпретация:

- 10 – 21 баллов: отсутствие усталости (норма);
- 22-34 баллов: существенная усталость;
- ≥ 35 баллов: чрезмерная утомляемость.

Пояснения: 1 = Никогда, 2 = Иногда (примерно раз в месяц или реже), 3 = Регулярно (примерно несколько раз в месяц), 4 – Часто (примерно еженедельно), 5 = Всегда (примерно каждый день).