

Figure 1 The Arabic version of the Brief Fatigue Inventory

**مقياس الأرهاق**

رقم المستشفى: \_\_\_\_\_ رقم القياس: \_\_\_\_\_

الاسم الأول: \_\_\_\_\_ الاسم الأخير: \_\_\_\_\_ اسم العائلة: \_\_\_\_\_

مجال حياتك هناك اوقات تشعر بها العاطية ما بعد أو إزداد، فإن شعرت بعد أو إزداد غير عادي في الأسبوع الماضي. هو  1  2

**1. الرجاء تقييم الإرهاق (الضعف، التعب) لديك وجميع دائرتك حول الزم الأفضلي الذي يصف الإرهاق لديك الآن**

الإرهاق 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
أبداً لا يشكو منه أبداً يشكو منه

**2. الرجاء تقييم الإرهاق (الضعف، التعب) لديك وجميع دائرتك حول الزم الأفضلي الذي يصف مستوى الإرهاق المعتاد**

الإرهاق 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
أبداً لا يشكو منه أبداً يشكو منه

**3. الرجاء تقييم الإرهاق (الضعف، التعب) لديك وجميع دائرتك حول الزم الأفضلي الذي يصف مستوى الإرهاق لديك**

الإرهاق 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
أبداً لا يشكو منه أبداً يشكو منه

**4. جميع دائرتك حول الزم الذي يصف - خلال 24 ساعة الماضية - كيف تشعر الإرهاق في :-**

أ- مستغرق النوم  
0  
1 يدخل لك  
2 يدخل لك  
3 يدخل لك  
4 يدخل لك  
5 يدخل لك  
6 يدخل لك  
7 يدخل لك  
8 يدخل لك  
9 يدخل لك  
10 يدخل لك

ب- مرهق  
0  
1 يدخل لك  
2 يدخل لك  
3 يدخل لك  
4 يدخل لك  
5 يدخل لك  
6 يدخل لك  
7 يدخل لك  
8 يدخل لك  
9 يدخل لك  
10 يدخل لك

ج- لديك من السهل  
0  
1 يدخل لك  
2 يدخل لك  
3 يدخل لك  
4 يدخل لك  
5 يدخل لك  
6 يدخل لك  
7 يدخل لك  
8 يدخل لك  
9 يدخل لك  
10 يدخل لك

د- يمكنك الاستمرار (بعض أو كل من العمل، اللعب، والتواصل الجيد)  
0  
1 يدخل لك  
2 يدخل لك  
3 يدخل لك  
4 يدخل لك  
5 يدخل لك  
6 يدخل لك  
7 يدخل لك  
8 يدخل لك  
9 يدخل لك  
10 يدخل لك

هـ- مبالغة في ذلك الأمر  
0  
1 يدخل لك  
2 يدخل لك  
3 يدخل لك  
4 يدخل لك  
5 يدخل لك  
6 يدخل لك  
7 يدخل لك  
8 يدخل لك  
9 يدخل لك  
10 يدخل لك

و- استغناءك تماماً  
0  
1 يدخل لك  
2 يدخل لك  
3 يدخل لك  
4 يدخل لك  
5 يدخل لك  
6 يدخل لك  
7 يدخل لك  
8 يدخل لك  
9 يدخل لك  
10 يدخل لك