

Eating Disorder Examination Questionnaire (EDE-Q 6.0)

From "Cognitive Behavior Therapy and Eating Disorders"
by Christopher G. Fairburn

Copyright 2008 by Kristin Bohn and Christopher Fairburn

Original English version is available online at:

www.psych.ox.ac.uk/credo/cbt_and_eating_disorders

Norsk godkjent oversettelse

v/ D. L. Reas og Ø. Rø, September 2008

EDE-Q 6.0

DATO:

ID-NUM:

Dette spørreskjema handler kun om de siste fire ukene (28 dager).

Les hvert spørsmål nøye. Svar på alle spørsmålene.

Spørsmål 1 til 12: Tegn en sirkel rundt det tallet til høyre som du synes passer best.

Husk at spørsmålene kun handler om de siste fire ukene (28 dagene).

På hvor mange av de siste 28 dagene ...	Ingen dager	1–5 dager	6–12 dager	13–15 dager	16–22 dager	23–27 dager	Alle dager
1. Har du bevisst prøvd å begrense mengden mat du spiser for å påvirke din figur eller vekt (uavhengig av om du har klart det eller ikke)?	0	1	2	3	4	5	6
2. Har du i lengre perioder (8 våkne timer eller mer) ikke spist noe i det hele tatt for å påvirke din figur eller vekt?	0	1	2	3	4	5	6
3. Har du prøvd å utelukke noen typer mat du liker, for å påvirke din figur eller vekt (uavhengig av om du har klart det eller ikke)?	0	1	2	3	4	5	6
4. Har du prøvd å følge bestemte regler for hva eller hvordan du spiser (f.eks. en kalorigrense) for å påvirke din figur eller vekt (uavhengig av om du har klart det eller ikke)?	0	1	2	3	4	5	6
5. Har du hatt et klart ønske om å ha tom mage for å påvirke din figur eller vekt? eller bestemte personer.	0	1	2	3	4	5	6
6. Har du hatt et klart ønske om å ha en helt flat mage?	0	1	2	3	4	5	6
7. Har du opplevd at tanker om mat, spising eller kalorier har gjort det veldig vanskelig å konsentrere deg om ting du er interessert i (f.eks. å arbeide, følge en samtale eller lese)?	0	1	2	3	4	5	6
8. Har du opplevd at tanker om figur eller vekt har gjort det veldig vanskelig å konsentrere deg om ting du er interessert i (f.eks. å arbeide, følge en samtale eller lese)?	0	1	2	3	4	5	6
9. Har du hatt en klar frykt for å miste kontroll over spisingen din?	0	1	2	3	4	5	6
10. Har du hatt en klar frykt for at du kan gå opp i vekt?	0	1	2	3	4	5	6
11. Har du følt deg tykk?	0	1	2	3	4	5	6
12. Har du hatt et sterkt ønske om å gå ned i vekt?	0	1	2	3	4	5	6

EDE-Q 6.0

DATO:

ID-NUM:

Spørsmål 13 til 18: Fyll inn passende antall i boksene til høyre.
Husk at spørsmålene kun handler om de siste fire ukene (28 dagene).

I løpet av de siste fire ukene (28 dagene)...	
13. I løpet av de siste 28 dagene, hvor mange ganger har du spist det andre ville betraktet som en uvanlig stor mengde mat (omstendighetene tatt i betraktning)?	
14. Ved hvor mange av disse episodene hadde du en følelse av å ha mistet kontrollen over spisingen din (mens du spiste)?	
15. I løpet av de siste 28 dagene, hvor mange DAGER har slike episoder med overspising forekommet (dvs. der du har spist uvanlig store mengder mat og hatt en følelse av å miste kontrollen mens du spiste)?	
16. I løpet av de siste 28 dagene, hvor mange ganger har du kastet opp for å kontrollere din figur eller vekt?	
17. I løpet av de siste 28 dagene, hvor mange ganger har du brukt avføringsmidler for å kontrollere din figur eller vekt?	
18. I løpet av de siste 28 dagene, hvor mange ganger har du følt deg drevet eller tvunget til å trene for å kontrollere din vekt, figur eller fettmengde, eller for å forbrenne kalorier?	

Spørsmål 19 til 21: Tegn en sirkel rundt det tallet som du synes passer best.
Vær oppmerksom på at i disse spørsmålene brukes begrepet "overspisingsepisode" om å spise det andre ville synes var en uvanlig stor mengde mat i den situasjonen du var i, samtidig med en følelse av å ha mistet kontroll over spisingen.

	Ingen dager	1–5 dager	6–12 dager	13–15 dager	16–22 dager	23–27 dager	Alle dager
19. I løpet av de siste 28 dagene, hvor mange dager har du spist i hemmelighet (i skjul)? ...tell ikke med overspisingsepisoder.	0	1	2	3	4	5	6
	Ingen av gangene	Noen få ganger	Færre enn halvparten	Halvparten	Mer enn halvparten	De fleste gangene	Hver gang
20. Hvor mange av de gangene du har spist, har du hatt skyldfølelse (følt at du har gjort noe galt) fordi det kan påvirke din figur eller vekt? ...tell ikke med overspisingsepisoder.	0	1	2	3	4	5	6
	Ikke i det hele tatt	Litt			Ganske mye		Veldig mye
21. I løpet av de siste 28 dagene, hvor bekymret har du vært for at andre mennesker ser deg spise? ...tell ikke med overspisingsepisoder.	0	1	2	3	4	5	6

EDE-Q 6.0

DATO:

ID-NUM:

Spørsmål 22 til 28: Tegn en sirkel rundt det tallet til høyre som du synes passer best.
Husk at spørsmålene kun handler om de siste fire ukene (28 dagene).

På hvor mange av de siste 28 dagene ...	Ikke i det hele tatt		Litt		Ganske mye		Veldig mye
22. Har vekten din påvirket hvordan du tenker om (bedømmer) deg selv som person?	0	1	2	3	4	5	6
23. Har figuren din påvirket hvordan du tenker om (bedømmer) deg selv som person?	0	1	2	3	4	5	6
24. Hvor opprørt ville du bli hvis du ble bedt om å veie deg en gang i uken (ikke mer, ikke mindre) de neste fire ukene?	0	1	2	3	4	5	6
25. Hvor misfornøyd har du vært med vekten din?	0	1	2	3	4	5	6
26. Hvor misfornøyd har du vært med figuren din?	0	1	2	3	4	5	6
27. Hvor mye ubehag har du følt ved å se kroppen din (f.eks. når du ser figuren din i speilet, reflektert i et butikkvindu, ved klesskift, eller når du bader eller dusjer)?	0	1	2	3	4	5	6
28. Hvor mye ubehag har du følt ved at andre ser figuren din (f.eks. i offentlige omkleddingsrom, når du svømmer, eller når du har på deg trange klær)?	0	1	2	3	4	5	6

Hva er din nåværende vekt? (vennligst anslå så godt som mulig)

Hvor høy er du? (vennligst anslå så godt som mulig)

Hvis kvinne: Har noen menstruasjoner uteblitt de siste 3-4 månedene? Ja Nei

Hvis ja, hvor mange?

Har du brukt p-piller, p-plaster, p-ring, eller lignende? Ja Nei

TAKK!