

1. សូមជ្រើសយកសកម្មភាពកំសាន្ត និងសកម្មភាពហាបប៊ី ដែលអ្នកចូលចិត្តធ្វើជាប្រចាំ (ពីរទៅបីដងក្នុងមួយសប្តាហ៍ មានរយៈពេល 30 នាទី ឬវែងជាងនេះ ក្នុងមួយសកម្មភាព) ៖
 - ☐ សកម្មភាពពាក់ព័ន្ធនឹងកុំព្យូទ័រ ☐ លេងឧបករណ៍តន្ត្រី (ដូចជា ព្យាណូ ឬវីយ៉ូឡុង)
 - ☐ ចាក់ ប៉ាក់ ឆ្លាក់អក្សរ
 - ☐ លេងវាយកូនបាល់ វាយសី វាយបំបែករបស់អ្វីមួយ ☐ ទាត់បាល់ វាយបាល់ លេងបាល់បាស្កែត ជិះស្គី
 - ☐ មិនពាក់ព័ន្ធ
2. តើជាមធ្យម អ្នកចំណាយពេលប៉ុន្មានម៉ោងសម្រាប់ការងារផ្ទះ (ដូចជាដាំស្ល បោកគក់ សំអាតផ្ទះ និងមើលក្មេងដែលមានអាយុក្រោមពីរឆ្នាំ)?
 - ☐ ក្រុមណាស់ ☐ តិចជាងមួយម៉ោង ☐ ច្រើនជាងមួយម៉ោង តែតិចជាងពីរម៉ោង
 - ☐ ច្រើនជាងពីរម៉ោង តែតិចជាងបីម៉ោង ☐ ច្រើនជាងបីម៉ោង
3. តើគួរពេញចិត្តដល់លទ្ធភាពនិពន្ធអ្វីយ៉ាងណា អំពីជំងឺដូចខាងក្រោមឬទេ?

(សូមគូសលិចណាមួយទាំងអស់ដល់ពាក់ព័ន្ធ) ។

(ជំងឺផ្សេងៗ ៖ ☐ ឈឺសន្លាក់ដៃជើង ☐ ទឹកនោមផ្អែម ☐ រលាកតម្រងនោម ☐ ប្រតីវ ☐ ញៀនស្ករ)

☐ ទេ ☐ បាទ/ចាស (បើឆ្លើយថា បាទ/ចាស តើបច្ចុប្បន្នស្ថានភាពជំងឺរបស់អ្នកដូចម្តេចដែរ?

☐ ជាសះស្បើយទាំងស្រុង ☐ កំពុងព្យាបាល ឬស្ថិតក្រោមការសង្កេតរបស់គ្រូពេទ្យ)
4. តើអ្នកមានដំណើរការប្រសិទ្ធភាព ម្សាមដិ ក្នុងជំងឺ ស្វាស ចងក្រង ឬរាងកាយ ឬអប់រំ ឬជំងឺ ក្នុងការលេងកីឡាដែរ ឬគ្មានផ្នែកដទៃទៀត (ដូចជា គ្មានផ្នែកចរាចរ ជិះបង្គោល ឬផ្លូវ)?
 - ☐ ទេ ☐ បាទ/ចាស (បើឆ្លើយថា បាទ/ចាស តើប្រសិទ្ធភាពផ្នែកណា? ☐ ដៃ/ម្រាមដៃ/កដៃ ☐ ក្បាលដៃ/កែងដៃ
 - ☐ ស្នា ☐ ក ☐ ចង្កេះ ☐ ប្រអប់ជើង/ជើង)
5. តើអ្នកអាចនិយាយយ៉ាងដូចម្តេចចំពោះកំរិតតម្រូវការលើការប្រើប្រាស់រាងកាយរបស់អ្នក សម្រាប់កិច្ចការបច្ចុប្បន្ន?
 - ☐ មិនធ្ងន់ទេ ☐ សមល្មម ☐ រាងធ្ងន់បន្តិច ☐ ធ្ងន់មែនទែន

II. តើអ្នកមានដំណើរ ឬមានអារម្មណ៍មិនស្រួលនៅក្នុងដំណើរ/កងដំណើរ/កងដំណើរ ស្ថាប័ន ចង្អុលក្រុម ឬប្រអប់ជើង/ជើង ពាក់ព័ន្ធនឹងការងាររបស់អ្នក កាលពីឆ្នាំមុន (ដូចជា ឈឺ បុកពីក្នុង តឹង ក្អាត ស្មើក ឬចាក់ស្បែក) ដដែលឬទេ?

- ☐ ទេ (សូមអរគុណដែលបានឆ្លើយ ។ អ្នកបានឆ្លើយគ្រប់សំណួរអស់ហើយ) ។
- ☐ បាទ/ចាស ។ (សូមពិនិត្យមើលចំណុចនៃការឈឺចាប់ ដែលពាក់ព័ន្ធ ក្នុងតារាងខាងក្រោម និងចំណុចដែលពាក់ព័ន្ធ នៅក្នុងប្រឡោះឈរ) ។

ចំណុចនៃការឈឺចាប់	ក ()	ស្មា ()	កំភួនដៃ/កែងដៃ ()	ដៃ/កដៃ/ប្រាមដៃ ()	ចង្កេះ ()	ប្រអប់ជើង/ជើង ()
1. សូមបញ្ជាក់ចំណុចនៃការឈឺចាប់		☐ ខាងស្តាំ ☐ ខាងឆ្វេង ☐ ទាំងសងខាង	☐ ខាងស្តាំ ☐ ខាងឆ្វេង ☐ ទាំងសងខាង	☐ ខាងស្តាំ ☐ ខាងឆ្វេង ☐ ទាំងសងខាង		☐ ខាងស្តាំ ☐ ខាងឆ្វេង ☐ ទាំងសងខាង
2. តើការឈឺចាប់មានរយៈពេលយូរប៉ុណ្ណា?	☐ តិចជាងមួយថ្ងៃ ☐ មួយថ្ងៃ – តិចជាងមួយសប្តាហ៍ ☐ មួយសប្តាហ៍ – តិចជាងមួយខែ ☐ មួយខែ – តិចជាងប្រាំមួយខែ ☐ យូរជាងប្រាំមួយខែ	☐ តិចជាងមួយថ្ងៃ ☐ មួយថ្ងៃ – តិចជាងមួយសប្តាហ៍ ☐ មួយសប្តាហ៍ – តិចជាងមួយខែ ☐ មួយខែ – តិចជាងប្រាំមួយខែ ☐ យូរជាងប្រាំមួយខែ	☐ តិចជាងមួយថ្ងៃ ☐ មួយថ្ងៃ – តិចជាងមួយសប្តាហ៍ ☐ មួយសប្តាហ៍ – តិចជាងមួយខែ ☐ មួយខែ – តិចជាងប្រាំមួយខែ ☐ យូរជាងប្រាំមួយខែ	☐ តិចជាងមួយថ្ងៃ ☐ មួយថ្ងៃ – តិចជាងមួយសប្តាហ៍ ☐ មួយសប្តាហ៍ – តិចជាងមួយខែ ☐ មួយខែ – តិចជាងប្រាំមួយខែ ☐ យូរជាងប្រាំមួយខែ	☐ តិចជាងមួយថ្ងៃ ☐ មួយថ្ងៃ – តិចជាងមួយសប្តាហ៍ ☐ មួយសប្តាហ៍ – តិចជាងមួយខែ ☐ មួយខែ – តិចជាងប្រាំមួយខែ ☐ យូរជាងប្រាំមួយខែ	☐ តិចជាងមួយថ្ងៃ ☐ មួយថ្ងៃ – តិចជាងមួយសប្តាហ៍ ☐ មួយសប្តាហ៍ – តិចជាងមួយខែ ☐ មួយខែ – តិចជាងប្រាំមួយខែ ☐ យូរជាងប្រាំមួយខែ
3. តើការឈឺចាប់នៅក្នុងកំរិតណា? (សូមអានការពណ៌នា)	☐ ឈឺតិចតួច ☐ ឈឺមធ្យម ☐ ឈឺខ្លាំង ☐ ឈឺខ្លាំងមែនទែន	☐ ឈឺតិចតួច ☐ ឈឺមធ្យម ☐ ឈឺខ្លាំង ☐ ឈឺខ្លាំងមែនទែន	☐ ឈឺតិចតួច ☐ ឈឺមធ្យម ☐ ឈឺខ្លាំង ☐ ឈឺខ្លាំងមែនទែន	☐ ឈឺតិចតួច ☐ ឈឺមធ្យម ☐ ឈឺខ្លាំង ☐ ឈឺខ្លាំងមែនទែន	☐ ឈឺតិចតួច ☐ ឈឺមធ្យម ☐ ឈឺខ្លាំង ☐ ឈឺខ្លាំងមែនទែន	☐ ឈឺតិចតួច ☐ ឈឺមធ្យម ☐ ឈឺខ្លាំង ☐ ឈឺខ្លាំងមែនទែន
	ឈឺតិចតួច ៖ ភាពមិនស្រួលតិចតួច តែបាត់ទៅវិញពេលផ្ដោតអារម្មណ៍ធ្វើការ ។ ឈឺមធ្យម ៖ ឈឺពេលធ្វើការ តែឆ្ងល់ក្រោយពេលសម្រាកនៅផ្ទះ ។ ឈឺខ្លាំង ៖ ឈឺខ្លាំងគ្រាន់បើពេលធ្វើការ ហើយពេលមកផ្ទះនៅតែឈឺដដែល ។ ឈឺខ្លាំងមែនទែន ៖ ពិបាកឈឺខ្លាំង ដែលពិបាកទ្រាំពេលធ្វើការ និងក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ ។					
4. តើកាលពីឆ្នាំមុនអ្នករងការឈឺចាប់ប៉ុន្មានដងដែរ?	☐ ប្រាំមួយខែម្តង ☐ ពីរដងម្តង ☐ មួយខែម្តង ☐ មួយអាទិត្យម្តង ☐ រាល់ថ្ងៃ	☐ ប្រាំមួយខែម្តង ☐ ពីរដងម្តង ☐ មួយខែម្តង ☐ មួយអាទិត្យម្តង ☐ រាល់ថ្ងៃ	☐ ប្រាំមួយខែម្តង ☐ ពីរដងម្តង ☐ មួយខែម្តង ☐ មួយអាទិត្យម្តង ☐ រាល់ថ្ងៃ	☐ ប្រាំមួយខែម្តង ☐ ពីរដងម្តង ☐ មួយខែម្តង ☐ មួយអាទិត្យម្តង ☐ រាល់ថ្ងៃ	☐ ប្រាំមួយខែម្តង ☐ ពីរដងម្តង ☐ មួយខែម្តង ☐ មួយអាទិត្យម្តង ☐ រាល់ថ្ងៃ	☐ ប្រាំមួយខែម្តង ☐ ពីរដងម្តង ☐ មួយខែម្តង ☐ មួយអាទិត្យម្តង ☐ រាល់ថ្ងៃ
5. តើកាលពីឆ្នាំមុនអ្នកមានឈឺចាប់ដដែលឬទេ?	☐ ទេ ☐ បាទ/ចាស	☐ ទេ ☐ បាទ/ចាស	☐ ទេ ☐ បាទ/ចាស	☐ ទេ ☐ បាទ/ចាស	☐ ទេ ☐ បាទ/ចាស	☐ ទេ ☐ បាទ/ចាស
6. តើអ្នកធ្វើអ្វីដើម្បីបន្ធូរការឈឺចាប់កាលពីឆ្នាំមុន?	☐ ឲ្យគ្រូពេទ្យព្យាបាល ☐ ប្រើថ្នាំព្យាបាល ☐ សុំច្បាប់សំរាកឈឺ និងប្រើការធានារ៉ាប់រង សំណងកម្មករ ☐ ប្តូរកិច្ចការ ☐ មិនពាក់ព័ន្ធ ផ្សេងៗ ()	☐ ឲ្យគ្រូពេទ្យព្យាបាល ☐ ប្រើថ្នាំព្យាបាល ☐ សុំច្បាប់សំរាកឈឺ និងប្រើការធានារ៉ាប់រង សំណងកម្មករ ☐ ប្តូរកិច្ចការ ☐ មិនពាក់ព័ន្ធ ផ្សេងៗ ()	☐ ឲ្យគ្រូពេទ្យព្យាបាល ☐ ប្រើថ្នាំព្យាបាល ☐ សុំច្បាប់សំរាកឈឺ និងប្រើការធានារ៉ាប់រង សំណងកម្មករ ☐ ប្តូរកិច្ចការ ☐ មិនពាក់ព័ន្ធ ផ្សេងៗ ()	☐ ឲ្យគ្រូពេទ្យព្យាបាល ☐ ប្រើថ្នាំព្យាបាល ☐ សុំច្បាប់សំរាកឈឺ និងប្រើការធានារ៉ាប់រង សំណងកម្មករ ☐ ប្តូរកិច្ចការ ☐ មិនពាក់ព័ន្ធ ផ្សេងៗ ()	☐ ឲ្យគ្រូពេទ្យព្យាបាល ☐ ប្រើថ្នាំព្យាបាល ☐ សុំច្បាប់សំរាកឈឺ និងប្រើការធានារ៉ាប់រង សំណងកម្មករ ☐ ប្តូរកិច្ចការ ☐ មិនពាក់ព័ន្ធ ផ្សេងៗ ()	☐ ឲ្យគ្រូពេទ្យព្យាបាល ☐ ប្រើថ្នាំព្យាបាល ☐ សុំច្បាប់សំរាកឈឺ និងប្រើការធានារ៉ាប់រង សំណងកម្មករ ☐ ប្តូរកិច្ចការ ☐ មិនពាក់ព័ន្ធ ផ្សេងៗ ()