

# Tilburška lista za utvrđivanje stupnja umora (TVL): Fatigue Assessment Scale (FAS)

Slijedećih nekoliko izjava odnosi se na to kako s pretežno osjećate. Na svaku izjavu moguća su 5 odgovora, koji variraju od «NIKAD» do «UVIJEK». Molim odgovorite na svako pitanje, čak i kad momentalno nemate smetnji, pri čemu su odgovori.

- 1. Nikad**
- 2. Ponekad** (jednom mjesečno ili rjeđe)
- 3. Redovito** (više puta mjesečno)
- 4. Često** (jedanput tjedno)
- 5. Uvijek** (skoro svaki dan)

	Nikad	Ponekad	Redovito	Često	Uvijek
1. Često se osjećam umorno					
2. Brzo se umorim					
3. Imam osjećaj da malo toga stignem napraviti u jednom danu					
4. Imam dovoljno energije za svakodnevni život					
5. Tjelesno se osjećam iscrpljeno					
6. Teško mi je započeti					
7. Teško mi je jasno ramišljat					
8. Ništa mi se neda poduzimati					
9. Duševno se osjećaj iscrpljeno					
10. Kad se nečim bavim, mogu se na to dobro koncentrirati					

## Preporučena literature

1. Drent M, Lower EE, De Vries J. Sarcoidosis-associated fatigue. Eur Respir J 2012; 40: 255–263. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22441750>
2. Kleijn WPE, De Vries J, Wijnen PAHM, Drent M. Minimal (clinically) important differences for the Fatigue Assessment Scale in sarcoidosis. Respir Med 2011; 105: 1388-95. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21700440>
3. De Vries, Michielsen H, Van Heck GL, Drent M. Measuring fatigue in sarcoidosis: the Fatigue Assessment Scale (FAS). Br J Health Psychol 2004; 9: 279-91. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15296678>

