

Polish translation of FES-I (PL)

Chcielibyśmy zadać kilka pytań dotyczących tego, na ile niepokoi się Pan(i), że upadnie. Dla każdej z wymienionych czynności proszę wybrać stwierdzenie najlepiej odpowiadające temu, na ile niepokoi się Pan(i), że się przewróci, wykonując tę czynność. Udzielając odpowiedzi proszę myśleć o czynności wykonywanej w taki sposób, w jaki zwykle ją Pan(i) wykonuje (np., jeśli korzysta Pan(i) z laski, proszę odpowiedzieć, na ile niepokoi się Pan(i) że upadnie, używając jej). Jeżeli obecnie nie robi Pan(i) którejś z wymienionych rzeczy (np. ktoś robi dla Pana/ią zakupy), proszę zaznaczyć jak Pana/i zdaniem czuł(a) by się Pan(i), gdyby ją Pan(i) robił(a).

		W ogóle nie zaniepokojon y/a (1)	Lekko zaniepokojon y/a (2)	Dosyć zaniepokojon y/a (3)	Bardzo zaniepokojon y/a (4)
1	Sprzątanie domu/mieszkania (np. zmiatanie, odkurzanie podłogi)	1	2	3	4
2	Ubieranie się lub rozbieranie	1	2	3	4
3	Przygotowywanie prostych posiłków	1	2	3	4
4	Branie kąpieli lub prysznic	1	2	3	4
5	Robienie drobnych zakupów	1	2	3	4
6	Siadanie lub wstawanie z krzesła	1	2	3	4
7	Chodzenie po schodach	1	2	3	4
8	Chodzenie po okolicy miejsca zamieszkania	1	2	3	4
9	Sięganie po coś nad głową lub na ziemi	1	2	3	4
10	Spieszenie się do telefonu, żeby odebrać zanim przestanie dzwonić	1	2	3	4
11	Chodzenie po śliskiej powierzchni (np. mokrej lub oblodzonej)	1	2	3	4
12	Odwiedzanie przyjaciół lub krewnych	1	2	3	4
13	Chodzenie w zatłoczonym miejscu	1	2	3	4
14	Chodzenie po nierównej powierzchni (np. nierównym chodniku, kamienistym terenie)	1	2	3	4
15	Chodzenie po stromym terenie w górę lub w dół	1	2	3	4
16	Wychodzenie na różne okazje (np. nabożeństwo, spotkanie rodzinne)	1	2	3	4
SUMA					