

EmetQ kortversion

Detta frågeformulär avser att mäta svårighetsgraden av rädsla för kräkning eller spyor. Var god och läs varje påstående noggrant och svara genom att ringa in den siffra (1-5) som bäst passar för respektive påstående. Försök att svara på så många frågor du kan utan att använda dig av svarsalternativet "Osäker/vet ej" (3)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-------------------------|-----------------|-----------------|------------|-------------------------|
| Håller absolut inte med | Håller inte med | Osäker / Vet ej | Håller med | Håller med fullständigt |

Namn: _____ Datum _____

1. Jag märker andra fysiska ångestsymptom (som hjärtklappning, svettningar, diarréer eller skakningar) när jag kommer i kontakt med spyor 1 2 3 4 5
2. Att vara i kontakt med spyor kan orsaka illamående och/eller sjukdom 1 2 3 4 5
3. Om jag ser en spya kan jag själv bli sjuk 1 2 3 4 5
4. Om jag känner lukten av en spya kan jag bli sjuk 1 2 3 4 5
5. Jag undviker platser där andra kan tänkas kräkas 1 2 3 4 5
6. Jag undviker vuxna som troligen kommer att kräkas 1 2 3 4 5
7. Jag undviker barn som troligen kommer att kräkas 1 2 3 4 5
8. Jag undviker snabba åkattraktioner på nöjesfält eftersom jag kan kräkas 1 2 3 4 5
9. Jag undviker båtresor eftersom jag kan bli illamående eller kräkas 1 2 3 4 5
10. Jag undviker att flyga eftersom jag kan bli illamående eller kräkas 1 2 3 4 5
11. Jag undviker andra transportmedel eftersom jag kan bli illamående eller kräkas 1 2 3 4 5
12. Jag undviker platser utan tillgång till sjukvård eftersom jag kan bli illamående eller kräkas 1 2 3 4 5
13. Jag undviker platser där det inte finns toaletter om jag blir illamående eller kräkas 1 2 3 4 5