

EmetQ

Boschen & Riddel (2005)

(Översättning: Astrid Paulsson, psykologstuderande)

Följande formulär mäter rädsla för kräkning och kräks. Läs noggrant igenom frågorna och ange på 1-5-skalan nedan ditt svar genom att ringa in den siffra som stämmer bäst. Försök svara på så många frågor som möjligt utan att svara "osäker".

1	2	3	4	5
Håller inte alls med	Håller inte med	Osäker	Håller med	Håller med helt och hållet

1. Jag märker att det börjar vända sig i min mage när jag utsätts för kräks.	1	2	3	4	5
2. Jag lägger märke till andra fysiska ångestsymptom (t.ex. hjärtklappning, svettningar, darrningar eller skakningar) när jag är i kontakt med kräks.	1	2	3	4	5
3. Kontakt med kräks kan orsaka illamående eller sjukdom.	1	2	3	4	5
4. Om jag ser kräks kan jag vara sjuk själv.	1	2	3	4	5
5. Om jag känner lukten av kräks kan jag vara sjuk själv.	1	2	3	4	5
6. Jag undviker platser där andra skulle kunna kräkas.	1	2	3	4	5
7. Jag undviker vuxna som skulle kunna kräkas.	1	2	3	4	5
8. Jag undviker barn som skulle kunna kräkas.	1	2	3	4	5
9. Min oro kring kräkning ökar när jag blir ångestfylld.	1	2	3	4	5
10. Jag lägger märke till att min mage blir orolig när jag är ångestfylld.	1	2	3	4	5
11. Jag blir ångestfylld när jag mår illa.	1	2	3	4	5
12. Det är farligt att må illa.	1	2	3	4	5
13. Om jag mår illa är jag orolig att jag ska kräkas.	1	2	3	4	5
14. Jag undviker att äta kyckling eftersom jag skulle kunna kräkas.	1	2	3	4	5
15. Jag undviker platser som fiskmarknader för jag skulle kunna kräkas.	1	2	3	4	5
16. Jag undviker aktiviteter som karuseller och att åka berg- och dalbana eftersom jag skulle kunna bli illamående/kräkas.	1	2	3	4	5
17. Jag undviker att åka båt/färja eftersom jag skulle kunna bli illamående/kräkas.	1	2	3	4	5
18. Jag undviker att flyga eftersom jag skulle kunna kräkas.	1	2	3	4	5
19. Jag undviker andra former av transport eftersom jag skulle kunna bli illamående/kräkas.	1	2	3	4	5
20. Jag undviker platser där det inte finns någon medicinsk uppsikt eftersom jag skulle kunna bli illamående/kräkas.	1	2	3	4	5
21. Jag undviker platser där det inte finns någonstans att ta vägen/fly undan om jag skulle bli illamående/behöva kräkas.	1	2	3	4	5