

# Svårighetsgradering av tinnitus

Omarbetat efter Askari S m.fl. Rehabiliteringsmodell för vuxna med tinnitus inom Syn-, hörsel- och dövverksamheten. Utgiven av Forsknings- och utvecklingsenheten, Habilitering & Hjälpmedel, Region Skåne. Publicerad i Bulletin nr 2/2008.

Försök att besvara alla frågor. Kryssa endast för en ruta för varje fråga.

		Litet	Måttligt	Mycket	Fullständigt	Vet ej	
1	Hur mycket påverkar tinnitus din livskvalitet, totalt sett?						
2	Hur mycket obehag orsakar tinnitus dig när du är vaken och vistas i tyst miljö (men inte försöker sova)						
		Aldrig	Sällan	Ofta	Mycket ofta	Alltid	Vet ej
3	Hur ofta märker du av tinnitus när du är vaken?						
4	Hur ofta påverkar tinnitus din koncentrationsförmåga, t.ex. när du läser?						
5	Hur ofta har du svårt att somna eller somna om pga. tinnitus?						
6	Hur ofta kan du förtränga eller "glömma" tinnitus genom någon aktivitet, t.ex. att titta på TV eller att tala med någon?						
7	Om du utsätts för vardagsljud, t.ex. musik, en klocka, en fläkt, minskar eller överröstar dessa ljud din tinnitus?						
8	Hur ofta medför tinnitus att du känner dig orolig och bekymrad?						
9	Hur ofta medför tinnitus att du känner dig spänd och irriterad?						
10	Hur ofta medför tinnitus att du känner dig deprimerad och olycklig?						

# Svårighetsgradering av tinnitus

## Poängmall

Omarbetad efter Axelsson A m.fl. .Tinnitus — Vårdprogram, Sahlgrenska universitetssjukhuset, Göteborgs universitet 1995.

		Litet	Måttligt	Mycket	Fullständigt	Vet ej	
1	Hur mycket påverkar tinnitus din livskvalitet, totalt sett?	2	4	6	8	—	
2	Hur mycket obehag orsakar tinnitus dig när du är vaken och vistas i tyst miljö (men inte försöker sova)	1	2	3	4	—	
		Aldrig	Sällan	Ofta	Mycket ofta	Alltid	Vet ej
3	Hur ofta märker du av tinnitus när du är vaken?	0	1	2	3	4	—
4	Hur ofta påverkar tinnitus din koncentrationsförmåga, t.ex. när du läser?	0	1	2	3	4	—
5	Hur ofta har du svårt att somna eller somna om pga. tinnitus?	0	1	2	3	4	—
6	Hur ofta kan du förtränga eller ”glömma” tinnitus genom någon aktivitet, t.ex. att titta på TV eller att tala med någon?	4	3	2	1	0	—
7	Om du utsätts för vardagsljud, t.ex. musik, en klocka, en fläkt, minskar eller överröstar dessa ljud din tinnitus?	4	3	2	1	0	—
8	Hur ofta medför tinnitus att du känner dig orolig och bekymrad?	0	1	2	3	4	—
9	Hur ofta medför tinnitus att du känner dig spänd och irriterad?	0	1	2	3	4	—
10	Hur ofta medför tinnitus att du känner dig deprimerad och olycklig?	0	1	2	3	4	—