



بسمه تعالی

نهمین پیمایش ملی عوامل خطر بیماری‌های غیرواگیر (استپس) سال ۱۴۰۵

کد اخلاق طرح
IR.TUMS.NIHR.REC.1404.021

زمان اجرا
پاییز ۱۴۰۵

مجری اجرای پیمایش
مرکز تحقیقات بیماری‌های غیرواگیر،
پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم

شناسنامه مستند	
عنوان مستند	ماژول آموزشی شماره چهار: پرسشگری و اپلیکیشن پرسشگری
نوع مستند	محتوای آموزشی استاندارد
مخاطبان	مدیر اجرایی دانشگاه، ناظر اجرایی دانشگاه، ناظر آزمایشگاه، مدیر شهرستان
مجری پیمایش	دکتر سمانه اکبرپور
مدیران و همکاران تیم اجرایی کشوری	دکتر محمدرضا امینی، دکتر یسری عزیزپور، دکتر عذرا طباطبایی ملاذی، دکتر علی گلستانی، دکتر سرمد صالحی، دکتر محمد جواد منصورزاده، دکتر مینا میرزاده، دکتر زهرا سلیمانی، دکتر نازیلا رضایی، دکتر یاسین رحمانی، دکتر شیدا قربانی، دکتر آنتیا امین زاده، آقای کیوان کریمی، خانم پردیس زارع پور، خانم مهنا خجسته، خانم سمیه جوانمرد
مشاوران علمی و اجرایی	دکتر باقر لاریجانی، دکتر داود خلیلی، دکتر مهدی یاسری، دکتر فرشاد فرزادفر، دکتر فرشاد شریفی، دکتر علیرضا مهدوی، دکتر جعفر جندقی، دکتر فریده رضی
نظارت اجرایی	موسسه ملی تحقیقات سلامت
توصیف مستند	این مستند با هدف آموزش و استانداردسازی فرآیند پرسشگری در پیمایش تدوین شده است و ضمن تشریح اصول و الزامات مصاحبه استاندارد، مراحل ثبت و فعالسازی تیم پرسشگری در سامانه، انجام آزمون و تخصیص خوشه را توضیح می‌دهد. همچنین، نحوه کار با محیط و قابلیت‌های اصلی اپلیکیشن پرسشگری و فرآیند ثبت، تکمیل و ارسال صحیح اطلاعات را ارائه می‌کند تا فراگیران بتوانند فرآیند پرسشگری و ثبت داده‌ها را به‌صورت صحیح، یکپارچه و مطابق با دستورالعمل‌های اجرایی انجام دهند.
ویرایش	دوم
تاریخ تنظیم ویرایش اول	۱۴۰۴/۱۰/۰۱
تاریخ بازنگری	۱۴۰۵/۶/۲۶
اطلاعات تماس	تهران، بزرگراه جلال آل احمد، جنب بیمارستان دکتر شریعتی، پلاک ۱۰، پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم، طبقه دوم، مرکز تحقیقات بیماری‌های غیرواگیر، شماره تماس: ۰۲۱-۸۸۶۳۱۲۹۳

فهرست مطالب

فصل اول (مقدمه و معرفی مازول شماره چهار)	۵
۱-۱- مقدمه	۶
۱-۲- اهداف	۶
فصل دوم (فرآیند ثبت و فعال سازی تیم پرستشگری در سامانه، انجام آزمون و تخصیص خوشه)	۹
۲-۱- تشکیل تیم های پرستشگری ر	۱۰
۲-۲- آموزش و آماده سازی تیم های پرستشگری	۱۱
۲-۳- ثبت و فعال سازی پرستگر در سامانه	۱۱
۲-۴- ثبت و مدیریت سر تیم های پرستشگری	۱۲
۲-۵- ارسال لینک آزمون و الزامات شرکت در آزمون پرستشگری برای سرپرست تیم پرستشگری	۱۴
۲-۶- تخصیص خوشه به تیم و مشاهده وضعیت خوشه های تخصیص یافته	۱۶
فصل سوم (اصول و الزامات مصاحبه استاندارد)	۱۹
۳-۱- اصول و الزامات مصاحبه استاندارد	۲۰
فصل چهارم (کار با محیط و قابلیت های اصلی اپلیکیشن پرستشگری و انجام فرآیند ثبت و تکمیل اطلاعات)	۲۲
۴-۱- روشن کردن و آماده سازی تبلت برای استفاده از اپلیکیشن پرستشگری	۲۳

- ۴-۲- نحوه ورود به اپلیکیشن و آشنایی با محیط و منوهای اصلی ۲۴
- ۴-۳- مشاهده خوشه‌های تخصیص یافته به پرسشگر ۲۷
- ۴-۴- ثبت اطلاعات خانه‌های غیرمسکونی یا درب بسته و موارد مشابه ۲۹
- ۴-۵- ثبت خانوار، تکمیل چک‌لیست ورود به مطالعه، تصادفی‌سازی و شناسایی فرد نمونه در اپلیکیشن ۳۱
- ۴-۶- شروع، تکمیل و ذخیره پرسشنامه ۳۵
- ۴-۷- اطمینان از ارسال پرسشنامه‌های ثبت شده ۳۸
- ۴-۸- ثبت ارجاع فرد به محل نمونه‌گیری/آزمایشگاه و پیگیری وضعیت ارجاع در سامانه ۳۸
- ۴-۹- الزامات کار با نرم افزار در زمان آفلاین ۴۰
- ۴-۱۰- اهمیت همگام‌سازی در زمان کار با نرم افزار ۴۲
- پیوست ۴۳**

فصل اول

مقدمه و معرفی ماثول شماره چهار

۱-۱- مقدمه

بیماری‌های غیرواگیر مانند بیماری‌های قلبی عروقی، سرطان، دیابت و بیماری‌های مزمن تنفسی از مهم‌ترین چالش‌های سلامت در جهان هستند که بیش از ۷۴٪ از مرگ‌ومیرها را رقم می‌زنند و بیشترین سهم را در کشورهای در حال توسعه دارند. ایران نیز با افزایش سریع شیوع این بیماری‌ها مواجه است و نیازمند پایش دقیق عوامل خطر مانند تغذیه ناسالم، استعمال دخانیات، کم‌تحرکی و مصرف زیان‌بار الکل است. سازمان جهانی بهداشت، با تعیین هدف کاهش یک‌سوم مرگ‌ومیر زودرس ناشی از این بیماری‌ها تا سال ۲۰۳۰، بر اجرای اقدامات پیشگیرانه تأکید دارد؛ لذا پیمایش عوامل خطر بیماری‌های غیرواگیر را برای کشورهای با درآمد کم و متوسط پیشنهاد داده است. پیمایش عوامل خطر بیماری‌های غیرواگیر، به‌عنوان یک ابزار استاندارد، امکان جمع‌آوری و تحلیل این داده‌ها را فراهم می‌کند. ایران تاکنون هشت دوره پیمایش عوامل خطر بیماری‌های غیرواگیر را انجام داده است و دوره نهم این پیمایش در سال ۱۴۰۵ نیز در ادامه روند بررسی و پایش این عوامل خطر اجرا خواهد شد. نتایج این پایش نه تنها در بهبود برنامه‌های بهداشتی نقش دارد، بلکه تخصیص منابع را به شکلی هوشمندانه و اثربخش هدایت می‌کند.

۱-۲- اهداف

در پایان این مازول، فراگیر باید بتواند:

۱. فرآیند ثبت و فعال‌سازی تیم پرسشگری در سامانه، انجام آزمون و تخصیص خوشه را انجام دهد.
۲. اصول و الزامات مصاحبه استاندارد را توضیح دهد.
۳. با محیط و قابلیت‌های اصلی اپلیکیشن پرسشگری کار کند و فرآیند ثبت و تکمیل اطلاعات را به‌درستی انجام دهد.

هدف ۱-۱- فرآیند ثبت و فعال سازی تیم پرسشگری در سامانه، انجام آزمون و تخصیص خوشه

محورهای آموزشی:

۱. انتخاب پرسشگران
۲. ثبت اطلاعات سر تیم پرسشگری و ایجاد کاربر در سامانه
۳. انجام و ثبت آزمون پرسشگری
۴. تأیید و فعال سازی تیم پرسشگری
۵. تخصیص خوشه به تیم و مشاهده وضعیت خوشه های تخصیص یافته

هدف ۱-۲- اصول و الزامات مصاحبه استاندارد محورهای آموزشی

محورهای آموزشی:

- ۱- اصول برقراری ارتباط و جلب همکاری فرد نمونه
- ۲- معرفی صحیح پیمایش و توضیح هدف مصاحبه
- ۳- پرهیز از القای پاسخ، تفسیر شخصی و تغییر سؤال
- ۴- نحوه برخورد با پاسخ های نامشخص، غیرمعمول یا حساس
- ۵- رعایت محرمانگی، حریم خصوصی و ملاحظات اخلاقی و رضایت آگاهانه در مصاحبه

هدف ۱-۳- کار با محیط و قابلیت های اصلی اپلیکیشن پرسشگری و انجام صحیح فرآیند ثبت و تکمیل اطلاعات

محورهای آموزشی:

- ۶- روشن کردن تبلت و تنظیمات آن برای استفاده از اپلیکیشن پرسشگری
- ۷- نحوه ورود به اپلیکیشن و آشنایی با محیط و منوهای اصلی
- ۸- مشاهده خوشه های تخصیص یافته به پرسشگر
- ۹- ثبت اطلاعات خانه های غیرمسکونی یا درب بسته و موارد مشابه
- ۱۰- ثبت خانوار، تکمیل چک لیست ورود به مطالعه، تصادفی سازی و شناسایی فرد نمونه در اپلیکیشن

- ۱۱- شروع، تکمیل و ذخیره پرسشنامه و اطمینان از ارسال پرسشنامه های ثبت شده
- ۱۲- ثبت ارجاع فرد به محل نمونه گیری/آزمایشگاه و پیگیری وضعیت ارجاع در سامانه
- ۱۳- الزامات کار با نرم افزار در زمان آفلاین
- ۱۴- اهمیت همگام سازی در زمان کار با نرم افزار

فصل دوم

فرآیند ثبت و فعال سازی تیم پرستاری، درمان، انجام آزمون و تخصیص خوشه

۱-۲- تشکیل تیم‌های پرسشگری

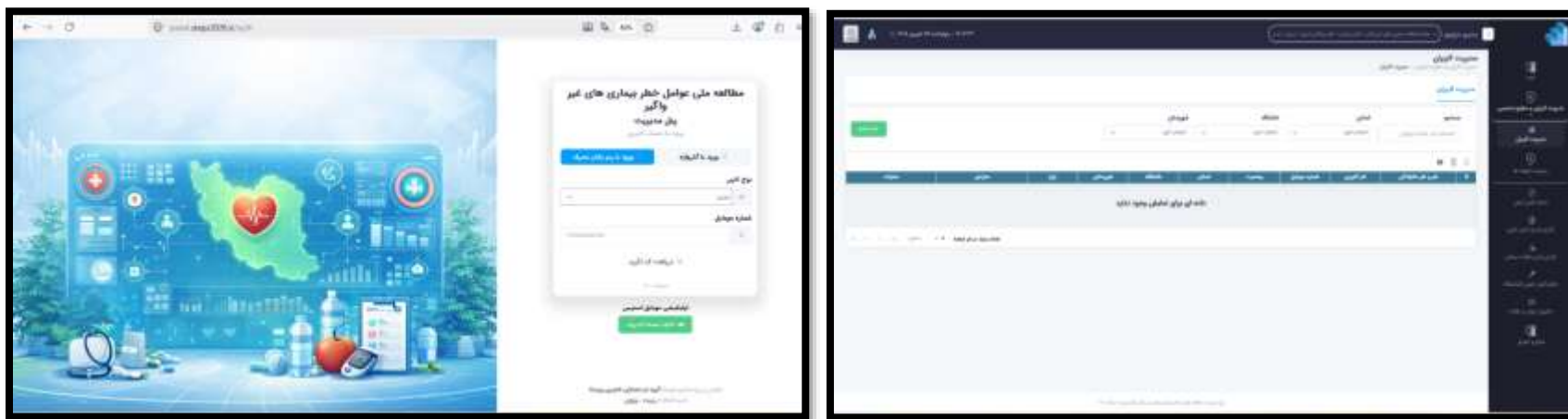
ابتدا مدیر شهرستان تعداد تیم‌های پرسشگری مدنظر را مشخص می‌کند و تیم‌های پرسشگری به‌صورت دو نفره و شامل یک پرسشگر خانم و یک پرسشگر آقا تشکیل می‌شوند، سپس یک نفر از اعضای هر تیم به‌عنوان سرپرست تیم پرسشگری تعیین می‌شود.

مهم‌ترین معیارهای انتخاب پرسشگر عبارت‌اند از:

۱. داشتن حداقل شرایط تحصیلی دیپلم
۲. شناخت کافی از منطقه پرسشگری
۳. استخدام و بیمه بودن (ترجیحا مراقب سلامت بودن)
۴. توانایی برقراری ارتباط مؤثر و محترمانه با افراد و خانوارها؛
۵. برخورداری از دقت، مسئولیت‌پذیری و نظم کاری؛
۶. توانایی انجام مصاحبه بدون القای پاسخ یا ایجاد سوگیری؛
۷. توانایی کار با تبلت/گوشی هوشمند و اپلیکیشن پرسشگری؛
۸. توانایی ثبت دقیق و کامل اطلاعات؛
۹. آمادگی برای مراجعه میدانی و فعالیت در شرایط مختلف اجرایی؛
۱۰. رعایت اصول اخلاقی، محرمانگی و حفاظت از اطلاعات شرکت‌کنندگان؛
۱۱. توانایی همکاری با سایر اعضای تیم و پذیرش نظارت و بازخورد؛
۱۲. موفقیت در آموزش و ارزیابی صلاحیت پرسشگری مطابق معیارهای تعیین‌شده در پیمایش.

۲-۲-آموزش و آماده‌سازی تیم‌های پرستگری

پس از تشکیل تیم‌ها، مدیر شهرستان موظف است برنامه‌ریزی لازم برای آموزش حضوری و عملی پرستگران را انجام دهد. آموزش‌ها باید در محل مناسب و با امکانات لازم در مرکز مربوطه یا معاونت بهداشت دانشگاه برگزار شود. در صورت امکان، پیشنهاد می‌شود پرستگران شهرستان‌های مختلف یک استان به صورت متمرکز در معاونت بهداشت دانشگاه گرد هم آیند و آموزش‌های لازم را دریافت کنند. در طول آموزش، تمامی مراحل اجرایی پیمایش به صورت عملی و گام‌به‌گام آموزش داده می‌شود و به سؤالات و ابهامات پرستگران پاسخ داده می‌شود. پس از پایان آموزش، عملکرد و میزان آمادگی اعضای تیم‌ها بررسی می‌شود تا از یادگیری صحیح و توانایی اجرای فرآیند نمونه‌گیری و جمع‌آوری اطلاعات اطمینان حاصل شود.



شکل شماره ۱. محیط داشبورد مدیریتی و ثبت کاربران

۳-۲- ثبت و فعال سازی پرسشگر در سامانه

ابتدا مدیر شهرستان باید از طریق آدرس <https://panel.steps2026.ir> سامانه وارد شود و پس از انتخاب نقش "مدیر"، شماره همراه خود را در سامانه وارد کند. مدیر شهرستان پیش‌تر توسط مدیر دانشگاهی ثبت نام شده و حساب کاربری وی در سامانه فعال است. پس از ورود کد تأیید ارسال شده به تلفن همراه، مدیر شهرستان وارد محیط سامانه می‌شود. از منوی سمت راست، گزینه "مدیریت کاربران" را انتخاب کرده و در صفحه مقابل، بر روی گزینه "ثبت جدید" کلیک کنید. (شکل شماره ۱).

۴-۲- ثبت و مدیریت سر تیم های پرسشگری

پس از انتخاب گزینه "ثبت جدید"، اطلاعات سر تیم های پرسشگر مطابق مراحل زیر ثبت شود (شکل شماره ۲):

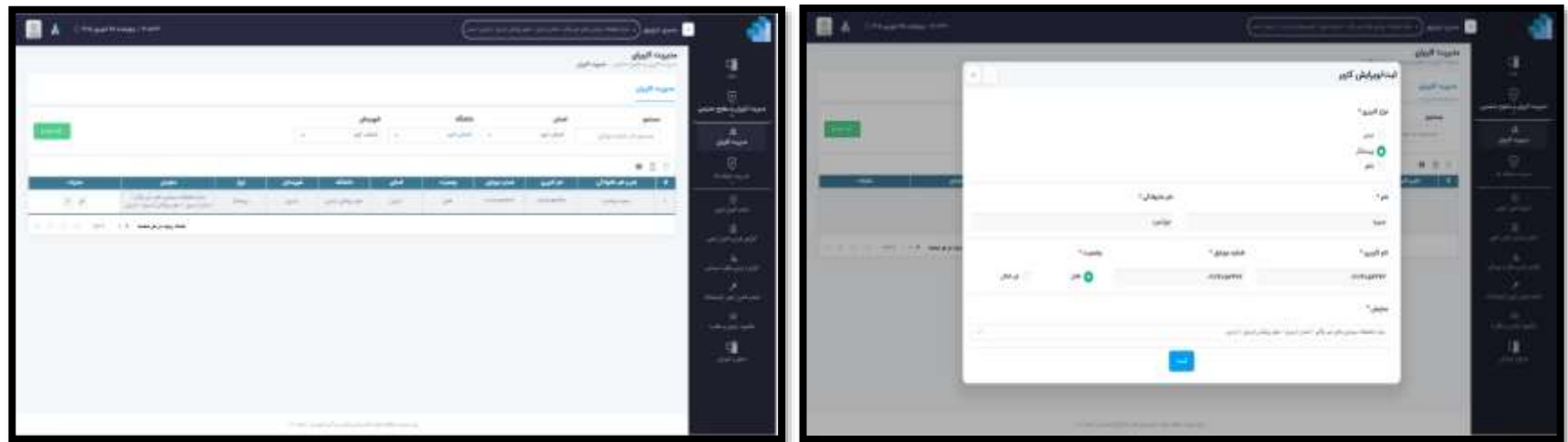
۱. گزینه "پرسشگر" را انتخاب کنید.
۲. مشخصات سر تیم پرسشگر را به‌طور کامل و صحیح ثبت کنید.
۳. برای نام کاربری می‌توان از شماره همراه یا کد ملی پرسشگر استفاده کرد.
۴. وضعیت کاربر را در حالت "فعال" قرار دهید.
۵. سازمان مربوطه را مشخص کنید و گزینه ثبت را بزنید.

⚠ نکته مهم درباره ساختار تیم پرسشگری:

هر تیم پرسشگری متشکل از دو نفر، یک آقا و یک خانم است. در سامانه، صرفاً سرپرست تیم پرسشگری ثبت نام می‌شود.

غیر فعال سازی پرسشگر

در صورتی که به هر دلیل لازم باشد پرسشگر از فرآیند اجرای مطالعه خارج شود، نیازی به حذف حساب کاربری ایشان نیست. کافی است مجدداً به صفحه "مدیریت کاربران" مراجعه کرده و وضعیت کاربر را از "فعال" به "غیر فعال" تغییر دهید. توجه: پس از غیر فعال سازی، کاربر امکان فعالیت به عنوان پرسشگر فعال در سامانه را نخواهد داشت.



شکل شماره ۲. ثبت و مدیریت سرپرست تیم های پرستاری

۵-۲- ارسال لینک آزمون و الزامات شرکت در آزمون پرسشگری برای سرپرست تیم پرسشگری

لینک آزمون <https://panel.steps2026.ir/exam/signin> فقط برای سرپرست تیم پرسشگری ارسال خواهد شد.

پرسشگر موظف است پیش از شروع فعالیت میدانی، محتوای آموزشی و پروتکل‌های ارسالی را به‌طور کامل مطالعه کرده و در آزمون مربوطه شرکت کند. آزمون شامل سؤالات مرتبط با سه حوزه اصلی است:

۱. پرسشنامه – گام اول
 ۲. اندازه‌گیری‌های جسمانی – گام دوم
 ۳. فرآیند نمونه‌گیری
- ⚠ **نکته مهم:** حداقل نمره قبولی در آزمون ۸ از ۱۰ است.



شکل شماره ۳. صفحه اصلی لینک آزمون پرسشگری

شرایط و ضوابط برگزاری آزمون

به منظور اطمینان از اعتبار آزمون و ارزیابی واقعی میزان آمادگی پرسشگر، آزمون باید در شرایط مناسب و مطابق با ضوابط زیر برگزار شود:

۱. آزمون ترجیحاً در محل مرکز بهداشت یا محل تعیین شده توسط مسئول مربوطه برگزار شود.
۲. محیط آزمون باید آرام، مناسب و عاری از رفت و آمد و عوامل مزاحم باشد.
۳. پرسشگر باید آزمون را به صورت فردی و مستقل انجام دهد.
۴. استفاده از کمک سایر افراد، تبادل پاسخ‌ها یا دریافت پاسخ از دیگران مجاز نیست.
۵. پرسشگر باید آزمون را با نام کاربری اختصاصی خود انجام دهد.
۶. در طول آزمون، از در اختیار قرار دادن پاسخ سؤالات یا راهنمایی محتوایی به پرسشگر خودداری شود.
۷. در صورت بروز مشکل فنی، موضوع توسط مسئول برگزاری ثبت و پس از بررسی، نسبت به رفع مشکل اقدام شود.
۸. آزمون باید پس از مطالعه پروتکل‌ها و آمادگی کامل پرسشگر انجام شود.

⚠ توجه: هدف از آزمون، سنجش میزان تسلط پرسشگر بر محتوای آموزشی و آمادگی وی برای اجرای صحیح فرآیند پرسشگری در میدان است؛ بنابراین رعایت شرایط استاندارد برگزاری آزمون ضروری است.

نظارت سرتیم بر آمادگی عضو دوم تیم

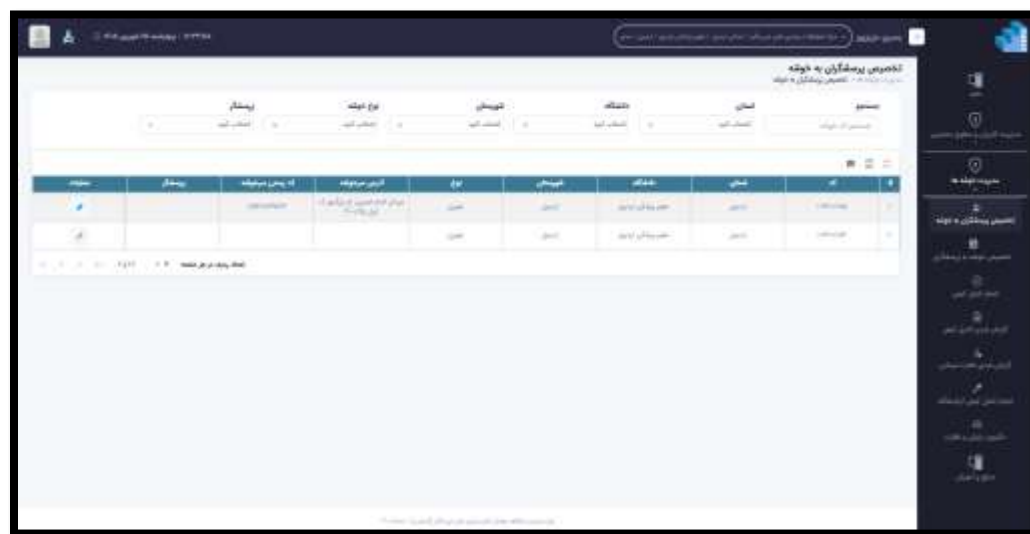
سرپرست تیم پرسشگری مسئول هماهنگی و نظارت بر عملکرد عضو دوم تیم است. بنابراین، مدیر شهرستان و سرتیم باید بر میزان تسلط و آمادگی عضو دوم تیم نیز نظارت داشته باشند. برای اطمینان از آمادگی هر دو عضو تیم، سرتیم می‌تواند پس از مطالعه و بررسی پروتکل‌ها، به صورت حضوری و شفاهی از عضو دوم تیم درباره محتوای آموزشی، فرآیند نمونه‌گیری و نحوه اجرای مراحل پرسشگری سؤال کند و میزان آمادگی وی را بررسی نماید.

۶-۲- تخصیص خوشه به تیم و مشاهده وضعیت خوشه‌های تخصیص یافته

پس از تأیید قبولی پرسشگر در آزمون، مدیر شهرستان می‌تواند نسبت به تخصیص خوشه اقدام کند. در منوی سمت راست سامانه، دو گزینه برای انجام این فرآیند مشاهده می‌شود:

۱. تخصیص پرسشگران به خوشه
۲. تخصیص خوشه به پرسشگران

مدیر شهرستان می‌تواند با توجه به نحوه کار خود، هر یک از این دو گزینه را برای انجام فرآیند تخصیص انتخاب کند (شکل شماره ۴).



شکل شماره ۴. تخصیص خوشه به تیم و مشاهده وضعیت خوشه‌های تخصیص یافته

تخصیص پرسشگر به خوشه

در صورت انتخاب گزینه "تخصیص پرسشگران به خوشه"، ابتدا خوشه موردنظر را از فهرست نمایش داده شده پیدا کنید (شکل شماره ۵). سپس:

۱. در مقابل نام خوشه، از سمت چپ صفحه بر روی گزینه "عملیات" کلیک کنید.

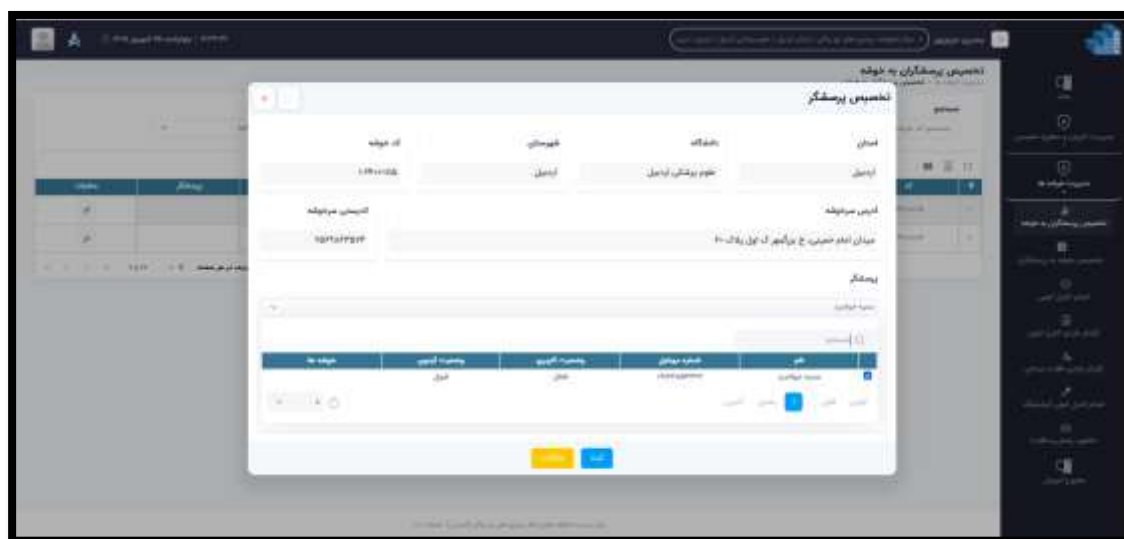
۲. وارد صفحه تخصیص شوید.

۳. در این صفحه، فهرست پرسشگران قابل تخصیص به خوشه نمایش داده می شود.

۴. پرسشگر موردنظر را از فهرست انتخاب کنید.

۵. تخصیص پرسشگر به خوشه را تأیید و ثبت کنید.

توجه: پیش از ثبت نهایی، مشخصات پرسشگر انتخاب شده را بررسی کنید تا پرسشگر صحیح به خوشه موردنظر تخصیص داده شود.



شکل شماره ۵. تخصیص پرسشگر به خوشه

تخصیص خوشه به پرسشگر

در صورت انتخاب گزینه "تخصیص خوشه به پرسشگران"، ابتدا پرسشگر موردنظر را از فهرست نمایش داده شده پیدا کنید (شکل شماره ۶). سپس:

۱. در مقابل نام پرسشگر، از سمت چپ صفحه بر روی گزینه "عملیات" کلیک کنید.

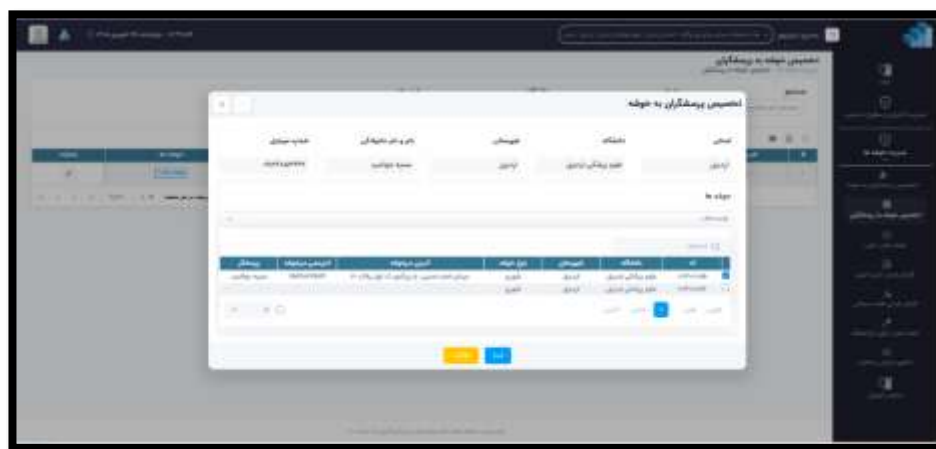
۲. وارد صفحه تخصیص شوید.

۳. در این صفحه، فهرست خوشه‌های قابل تخصیص به پرسشگر نمایش داده می‌شود.

۴. خوشه موردنظر را از فهرست انتخاب کنید.

۵. تخصیص خوشه را تأیید و ثبت کنید.

⚠ توجه: پیش از ثبت نهایی، مشخصات خوشه انتخاب شده را بررسی کنید تا خوشه صحیح به پرسشگر موردنظر تخصیص داده شود



شکل شماره ۶. تخصیص خوشه به پرسشگر

فصل سوم

اصول و الزامات مصاحبه استاندارد

۱-۳- اصول و الزامات مصاحبه استاندارد

اصول برقراری ارتباط و جلب همکاری فرد نمونه

در ابتدای مراجعه، پرسشگر خود را با آرامش، احترام و مطابق متن زیر معرفی می‌کند
 ما، آقا/خانم {نام و نام خانوادگی}، از طرف دانشگاه علوم پزشکی {نام دانشگاه} / وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی برای اجرای پیمایش ملی عوامل خطر بیماری‌های غیرواگیر (استپس) مراجعه کرده‌ایم.
 در صورت موافقت شما، تعدادی سؤال درباره وضعیت سلامت و عوامل خطر بیماری‌های غیرواگیر از شما پرسیده می‌شود و اندازه‌گیری‌هایی شامل قد، وزن، دور کمر، دور لگن، دور گردن، دور مچ دست، فشار خون و نبض انجام خواهد شد. این کار حدود ۶۰ دقیقه زمان می‌برد.
 اطلاعات شما محرمانه خواهد بود و نتایج به‌گونه‌ای گزارش می‌شود که هویت شما قابل شناسایی نباشد. داده‌های جمع‌آوری‌شده ممکن است برای تحلیل‌های علمی و پژوهش‌های مرتبط با عوامل خطر بیماری‌های غیرواگیر استفاده شود و این استفاده با رعایت اصول محرمانگی و ضوابط اخلاق پژوهش انجام خواهد شد.
 شرکت در مطالعه کاملاً داوطلبانه است. شما می‌توانید به هر سؤالی پاسخ ندهید، هر یک از اندازه‌گیری‌ها را نپذیرید یا در هر زمان از ادامه همکاری انصراف دهید؛ این تصمیم هیچ تأثیری بر دریافت خدمات سلامت شما نخواهد داشت

اصول انجام پرسشگری

پرسشگران لازم است در زمان انجام پرسشگری اصول زیر را رعایت کنند

۱. سوالات یک به یک توسط پرسشگران برای مصاحبه شوندگان خوانده می‌شود و پاسخ توسط مصاحبه شوندگان انتخاب می‌گردد.
۲. به شرکت کنندگان در مطالعه احترام گذاشته شود.
۳. به راحت بودن شرکت کننده هنگام انجام پرسشگری توجه نمایند.
۴. هنگام انجام پرسشگری، فرد شرکت کننده را در پاسخ دادن به پرسش‌ها تحت فشار قرار ندهند، چون در این صورت فرد پاسخ دقیقی نخواهد داد.
۵. در مورد پاسخ‌های فرد شرکت کننده قضاوت نکنند و قبل از او سعی نکنند پاسخ را به او تلقین کنند.
۶. به فرد شرکت کننده توضیح دهید که در این پرسشنامه پاسخ درست یا نادرست مطرح نیست و پاسخ درست هر چیزی که هست را بیان می‌کند.

۷. فرد شرکت کننده را به انتخاب پاسخ خاصی هدایت نکنند.
۸. پیش فرضی در مورد شرکت کننده در نظر نگیرند. به عنوان مثال: به نظرم این سوال در مورد شما کاربردی ندارد.
۹. در موارد ذیل می توان بدون هدایت کردن فرد به انتخاب گزینه خاصی، توضیحات بیشتری ارائه نمود:
 - فرد شرکت کننده متوجه محتوای پرسش نمی شود.
 - فرد شرکت کننده درخواست می کند تا پرسش برای او توضیح داده شود.
 - فرد شرکت کننده درخواست می کند تا گزینه خاصی برای او توضیح داده شود.
۱۰. در صورتیکه فرد شرکت کننده در پاسخ به پرسشی گفت "نمی دانم"، پرسش را مجدداً تکرار کنند.
۱۱. در صورتیکه فرد شرکت کننده برای پاسخ دادن نیاز به فکر کردن دارد، صبر کنند.
۱۲. در صورتیکه فرد حاضر به پاسخگویی نیست، ممکن است به علل ذیل باشد:
 - ممکن است فرد اصولاً مخالف انجام پرسشگری باشد که در این صورت صبور بوده و به فرد نشان دهید که به نظر او احترام می گذارید.
 - ممکن است فرد به دلیل اینکه هدف مطالعه را متوجه نشده است، مشارکت نمی کند که در این صورت با آرامش هدف مطالعه را مجدداً توضیح دهید.

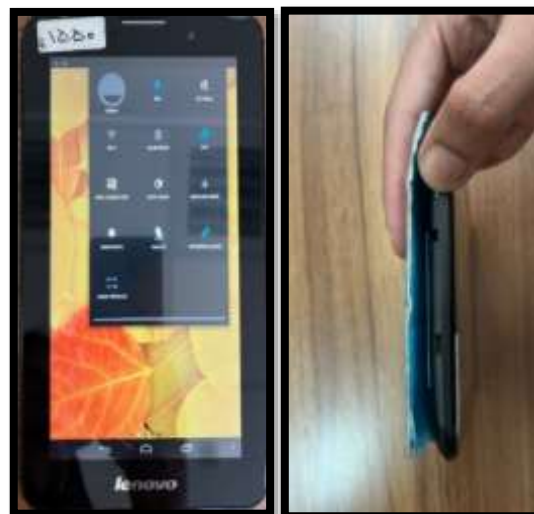
فصل چهارم

کار با محیط و قابلیت‌های اصلی اپلیکیشن پرستگری و انجام فرآیند ثبت و تکمیل اطلاعات

۴-۱- روشن کردن و آماده‌سازی تبلت برای استفاده از اپلیکیشن پرسشگری

پیش از شروع فعالیت، تبلت را برای استفاده از اپلیکیشن پرسشگری آماده کنید. مراحل زیر را به ترتیب انجام دهید (شکل شماره ۷):

۱. **روشن کردن تبلت:** تبلت را به صورت عمودی در دست یا روی سطح قرار دهید. در قسمت گوشه سمت راست تبلت، دکمه روشن/خاموش (Power) قرار دارد. این دکمه را حدود ۵ ثانیه فشار دهید تا تبلت روشن شود.
۲. **شارژر تبلت:** شب قبل از شروع فعالیت، تبلت را به طور کامل شارژ کنید تا در طول انجام مصاحبه و ثبت اطلاعات با مشکل کمبود شارژ مواجه نشوید.
۳. **فعال‌سازی اینترنت:** پیش از شروع فعالیت، داده تلفن همراه (Data Connection) را فعال کنید تا ارتباط تبلت با سامانه برقرار باشد.
۴. **فعال‌سازی GPS:** حتماً GPS موقعیت مکانی تبلت را روشن کنید. فعال بودن GPS برای انجام صحیح فرآیندهای مرتبط با موقعیت مکانی ضروری است.
۵. پس از اطمینان از فعال بودن شارژ، اینترنت و GPS، اپلیکیشن پرسشگری را اجرا کرده و وارد حساب کاربری خود شوید.



شکل شماره ۷. روشن کردن و آماده‌سازی تبلت

۲-۴- نحوه ورود به اپلیکیشن و آشنایی با محیط و منوهای اصلی

در ابتدای هر روز، در محلی که دسترسی به اینترنت وجود دارد، وارد نرم افزار شوید؛ زیرا ورود به سامانه تنها به صورت آنلاین امکان پذیر است (شکل شماره ۸).
مراحل ورود به اپلیکیشن:

۱. انتخاب نقش کاربری: گزینه "پرسشگر" را انتخاب کنید.
۲. ورود شماره همراه: شماره تلفن همراه خود را در قسمت مربوطه وارد کنید.
۳. دریافت کد تأیید: پس از وارد کردن شماره همراه، کد تأیید به تلفن همراه شما ارسال می شود.
۴. ورود کد تأیید: کد ارسال شده را در قسمت مربوطه وارد کنید.
۵. ورود به سامانه: پس از تأیید کد، به صفحه اصلی اپلیکیشن هدایت می شوید.

⚠ نکته مهم: در ابتدای هر روز، حتماً در محلی که دسترسی به اینترنت وجود دارد، وارد نرم‌افزار شوید؛ زیرا ورود به سامانه تنها به صورت آنلاین امکان‌پذیر است و در حالت آفلاین امکان ورود وجود ندارد.



شکل شماره ۸. نحوه ورود به اپلیکیشن

⚠ توجه: در صورت بروز مشکل در تبلت، با هماهنگی مدیر شهرستان، امکان دانلود، نصب و به‌روزرسانی اپلیکیشن از طریق لینک <https://panel.steps2026.ir> بر روی گوشی اندرویدی فراهم است.

معرفی صفحه اصلی (خانه) اپلیکیشن

صفحه اصلی (خانه) اپلیکیشن از شش بخش اصلی تشکیل شده است (شکل شماره ۹):

۱. بخش مشخصات کاربر

در این بخش، نام و نام خانوادگی، دانشگاه و شهر مربوط به کاربر نمایش داده می‌شود. لطفاً مشخصات خود را بررسی کنید و از صحت آن‌ها اطمینان حاصل نمایید.

۲. بخش وضعیت خوشه‌ها

در این بخش، تعداد خوشه‌های تخصیص یافته به شما و همچنین وضعیت تکمیل هر خوشه نمایش داده می‌شود.

۳. بخش همگام‌سازی

در این بخش، دکمه "همگام‌سازی" نمایش داده می‌شود. استفاده صحیح از این گزینه برای انتقال و به‌روزرسانی اطلاعات اهمیت زیادی دارد.

۴. بخش رکورد قابل ارسال

در این بخش، گزینه "رکورد قابل ارسال" نمایش داده می‌شود. این بخش نشان‌دهنده تعداد رکوردهایی است که هنوز به سرور مرکزی ارسال نشده‌اند.

۵. بخش وضعیت اتصال

در این بخش، وضعیت اتصال دستگاه به اینترنت و سرور نمایش داده می‌شود.

۶. بخش افراد منتخب نیازمند مراجعه مجدد

در این بخش، تعداد افراد منتخبی که نیاز به مراجعه مجدد دارند نمایش داده می‌شود تا پرسشگر بتواند پیگیری‌های لازم را انجام دهد.



شکل شماره ۹. معرفی صفحه اصلی (خانه) اپلیکیشن

۳-۴- مشاهده خوشه‌های تخصیص یافته به پرسشگر

با کلیک بر روی گزینه "شروع پرسشگری" در صفحه اصلی پرسشگر، کاربر به صفحه "لیست خوشه‌ها" هدایت می‌شود (شکل شماره ۱۰). در این صفحه، خوشه‌های تخصیص یافته به پرسشگر در قالب بخش‌های جداگانه نمایش داده می‌شوند. وضعیت هر خوشه با استفاده از رنگ حاشیه بخش مشخص می‌شود:

- قرمز: فرآیند پرسشگری خوشه هنوز آغاز نشده است.
- زرد: فرآیند پرسشگری خوشه در حال اجرا است.
- سبز: فرآیند پرسشگری خوشه به‌طور کامل انجام شده و ۱۰ نفر منتخب خوشه تکمیل شده‌اند.

⚠ نکته مهم: بر روی باکس خوشه کلیک کنید تا وارد صفحه سرخوشه شوید



شکل شماره ۱۰. مشاهده خوشه‌های تخصیص یافته به پرسشگر

۴-۴- ثبت اطلاعات خانه‌های غیرمسکونی یا درب بسته و موارد مشابه

ثبت اطلاعات سرخوشه

اطلاعات آدرس و کد پستی مربوط به سرخوشه، به صورت خودکار در اپلیکیشن ثبت شده است. بنابراین، پرسشگر نیازی به ورود مجدد این اطلاعات ندارد و باید پیش از مراجعه، اطلاعات ثبت شده سرخوشه را با آدرس و مشخصات محل مورد مراجعه مطابقت داده و از صحت آن اطمینان حاصل نماید. برای ورود به صفحه ثبت اطلاعات، بر روی آیکن مداد در گوشه پایین سمت راست باکس کلیک کنید.

ثبت اطلاعات خانه های غیرمسکونی و یا با درب بسته و موارد مشابه

مراحل ثبت اطلاعات:

۱. **ثبت نشانی:** همانطور که قبلاً گفته شد آدرس و کد پستی سرخوشه به طور کامل مشخص است. اما برای سایر خانوارهای موجود در آن خوشه ثبت دقیق آدرس محل سکونت در اپلیکیشن، پیش از زدن درب منزل، کاملاً ضروری است. پرسشگر باید آدرس محل سکونت را با دقت در اپلیکیشن ثبت نماید. ثبت کد پستی الزامی نیست و در صورت در دسترس نبودن آن، نیازی به وارد کردن کد پستی نمی‌باشد (شکل شماره ۱۱).
۲. **تعیین نوع ساختمان:** نوع ساختمان را مشخص کنید. در صورتی که ساختمان آپارتمان یا خانه ویلایی چندخانواری است، گزینه مربوطه را انتخاب کنید. در این حالت، در صفحه بعد ابتدا وضعیت سکونت ساختمان را مشخص می کنید و سپس می‌توانید به ثبت واحدها یا خانوارهای موجود را بپردازید. در صورتی که ساختمان خانه ویلایی تک‌خانواری است، گزینه مربوطه را انتخاب کنید. سپس وضعیت سکونت ساختمان را مشخص می کنید. به صفحه بعد که هدایت شدید، ثبت اطلاعات تنها برای یک خانوار مجاز خواهد بود. بسته به نوع وضعیت ساختمان با تیک بر روی هر گزینه، در صفحه اصلی وضعیت هر ساختمان نشان داده خواهد شد. ثبت وضعیت تمام ساختمان‌هایی که به آن‌ها مراجعه می‌شود در اپلیکیشن الزامی است. پرسشگر نباید صرفاً ساختمان‌هایی را که منجر به همکاری و تکمیل نمونه شده‌اند، در اپلیکیشن ثبت نماید. به طور مشخص، اطلاعات ساختمان‌هایی که غیرمسکونی هستند؛ مسکونی هستند، اما درب را باز نمی‌کنند؛ درب را باز می‌کنند، اما از همکاری خودداری می‌کنند؛ نیز باید حتماً و به صورت جداگانه در اپلیکیشن ثبت شود.

فرم ثبت آدرس

۱. * شماره طبقه

۲. * شماره واحد

۳. * وضعیت سکونت ساختمان

آپارتمان

خانه ویلایی چند خانوار

خانه ویلایی تک خانوار

۴. * وضعیت سکونت ساختمان

غیرمسکونی

مسکونی است، اما درب را باز نکردند

مسکونی است، درب را باز کردند، اما همگامی نکردند

مسکونی است و برای ثبت اطلاعات همگامی کردند

فرم ثبت خانوار

۱. * شماره طبقه

۲. * شماره واحد

۳. * وضعیت سکونت

غیرمسکونی

مسکونی است، اما درب را باز نکردند

مسکونی است، درب را باز کردند، اما همگامی نکردند

مسکونی است و برای ثبت اطلاعات همگامی کردند

فرم ثبت آدرس

۱. * کد پستی

۲. * آدرس

آدرس سرخوشه

۳. * نوع ساختمان

آپارتمان

خانه ویلایی چند خانوار

خانه ویلایی تک خانوار

لیست آدرس ها - خوشه ۱۱

کد پستی: ۱۳۳۱۱۱۳۰

آدرس: آدرس سرخوشه

نوع: سرخوشه

لیست آدرس ها - خوشه ۱۱

کد پستی: ۱۳۳۱۱۱۳۰

آدرس: آدرس سرخوشه

نوع: سرخوشه

لیست آدرس ها - خوشه ۱۱

کد پستی: ۱۳۳۱۱۱۳۰

آدرس: آدرس سرخوشه

نوع: سرخوشه

لیست آدرس ها - خوشه ۱۱

کد پستی: ۱۳۳۱۱۱۳۰

آدرس: آدرس سرخوشه

نوع: سرخوشه

شکل شماره ۱۱. ثبت آدرس

۳۰

۵-۴- ثبت خانوار، تکمیل چک لیست ورود به مطالعه، تصادفی سازی و شناسایی فرد نمونه در اپلیکیشن

در صورتی که محل مورد مراجعه مسکونی باشد و ساکنان آمادگی همکاری داشته باشند، با کلیک بر روی بخش مربوطه به صفحه "لیست خانوار" هدایت می شوید (شکل شماره ۱۲).

مراحل ثبت اطلاعات خانوار:

۱. در صفحه لیست خانوار، بر روی گزینه "ثبت خانوار جدید" کلیک کنید.
 ۲. فرم ثبت خانوار را با دریافت اطلاعات از سرپرست خانوار تکمیل کنید. در صورت عدم حضور سرپرست، اطلاعات را از فرد آگاه خانوار دریافت و ثبت کنید.
- ⚠ نکته مهم:** هنگام ثبت خانوار، حتماً به تعریف خانوار توجه کنید. اگر سرپرست یا فرد آگاه خانوار اعلام کند که یکی از اعضای خانوار، برای مثال فرزند خانواده، معمولاً در زمان مراجعه در منزل حضور ندارد، نباید آن فرد را از فهرست اعضای خانوار حذف کنید.
- حتی اگر فرد مذکور در فرآیند تصادفی سازی به عنوان فرد منتخب انتخاب شده باشد و در زمان مراجعه طبق پروتکل امکان حضور یا دسترسی به وی وجود نداشته باشد، نباید فرد دیگری جایگزین او شود؛ بلکه وضعیت وی مطابق پروتکل به عنوان "ناپاسخ" ثبت شود.



شکل شماره ۱۲. ثبت اطلاعات خانوار

ثبت اطلاعات اعضای خانوار و معیارهای ورود به مطالعه

مراحل ثبت اطلاعات اعضای خانوار (شکل شماره ۱۳):

- اطلاعات اعضای خانوار را برای تمام افراد ۱۸ سال و بالاتر تکمیل و ثبت کنید.
- در صورتی که فرد به‌تنهایی زندگی می‌کند، تعداد اعضای خانوار را ۱ نفر ثبت کرده و فرم مربوطه را برای همان فرد تکمیل کنید.
- معیارهای ورود به مطالعه را برای هر یک از افراد ۱۸ سال و بالاتر خانوار تکمیل کنید.
- هنگام تکمیل فرم، به راهنماهای موجود در کنار سؤالات توجه کنید. این راهنماها با علامت "؟" نمایش داده می‌شوند و برای پاسخ‌گویی صحیح به سؤالات کاربرد دارند.
- در صورتی که فرد تنها زندگی می‌کند، در پاسخ به سؤال "آیا در شش ماه گذشته با خانوار زندگی کرده است؟"، گزینه "بلی" را انتخاب کنید.

فرآیند تصادفی سازی و شناسایی فرد نمونه

پس از ثبت و تأیید اطلاعات خانوار، بر روی گزینه "شروع فرآیند" کلیک کنید.

در این مرحله، نرم افزار به صورت تصادفی یک نفر از افراد واجد شرایط خانوار را برای ورود به مطالعه و انجام پرسشگری انتخاب می کند.

⚠ نکته مهم: فرد انتخاب شده توسط نرم افزار قابل جایگزینی نیست و فرآیند پرسشگری باید برای همان فرد منتخب انجام شود.

**چک لیست معیار ورود به مطالعه-
مختص اعضای خانوار (۱۸ سال و
بالا تر)**

اطلاعات فرد

لطفا این فرم برای افراد ۱۸ سال و بالاتر خانوار تکمیل گردد تا در نرم افزار این امکان وجود داشته باشد که یک فرد را به صورت تصادفی برای ادامه مصاحبه به شما معرفی کند. مراقب باشید اگر این چک لیست برای همه افراد تکمیل نگردد نرم افزار به شما امکان ادامه مسیر را نخواهد داد.

لطفا در نظر بگیرید افرادی که حداقل یکی از شرایط زیر را داشته باشند، وارد مطالعه نمی‌شوند: عدم سکونت یا خانوار طی شش ماه گذشته، سن کمتر از ۱۸ سال، نداشتن کد ملی، ناتوانی در شرکت در هر سه مرحله مطالعه، یا بارداری.

تکمیل

لیست اعضای خانواده - خان...

لطفا اعضای ۱۸ سال و بالاتر خانواده را ثبت کنید

جستجو

ثبت فرد جدید شروع فرایند

مهمان خجسته

کد ملی: نامشخص

جنسیت: زن

سن: نامشخص

وضعیت: نیازمند تکمیل اطلاعات

شروع فرایند پرسشگری

شکل شماره ۱۳. ثبت اطلاعات اعضای ۱۸ سال و بالاتر خانوار

فرم اطلاعات مراجعه

مراحل مراجعه به فرد منتخب:

۱. مراجعه اول: در صورتی که فرد منتخب در منزل حضور داشت، گزینه "بلی" را انتخاب کنید و وارد مرحله پرسشگری شوید.
 ۲. عدم دسترسی در مراجعه اول: در صورتی که فرد منتخب در زمان مراجعه در دسترس نبود، پرسشگر موظف است حداکثر تا سه نوبت دیگر مراجعه مجدد انجام دهد و در هر بار در صورت عدم حضور فرد، گزینه "نیاز به مراجعه مجدد دارد" را انتخاب کند.
 ۳. مراجعه چهارم: در نوبت چهارم، مراجعه پرسشگر باید با هماهنگی و همراهی مدیر شهرستان انجام شود.
 ۴. ثبت عدم دسترسی: چنانچه پس از چهار بار مراجعه حضوری و همچنین تلاش برای برقراری تماس تلفنی، فرد منتخب همچنان در دسترس نبود یا پاسخگو نبود، وضعیت "عدم دسترسی" ثبت شده و فرآیند مراجعه خاتمه می‌یابد.
- ⚠ نکته مهم:** هر تیم پرسشگری موظف است ۴ مراجعه دیگر در ۴ روز مختلف و در زمان‌های مختلف (به‌عنوان مثال، اگر پرسشگری اول در صبح بوده، بار بعدی در ظهر انجام شود) انجام دهد.

۶-۴- شروع، تکمیل و ذخیره پرسشنامه

بعد از ثبت فرم مراجعه برای فرد منتخب به صفحه لیست پرسش نامه ها هدایت می شوید (شکل شماره ۱۴).

اصول کلی تکمیل پرسشنامه

۱. تمامی سؤالات پرسشنامه باید تکمیل شوند (برای نحوه تکمیل اطلاعات به راهنمای پیوست مراجعه کنید).
۲. هیچ سؤالی نباید بدون پاسخ باقی بماند.
۳. در تمامی بخش‌های پرسشنامه، به جز بخش مصرف الکل، گزینه "تمایل به پاسخگویی ندارم" وجود ندارد.
۴. تمام تلاش خود را برای ایجاد ارتباط مناسب و ترغیب شرکت‌کننده به پاسخگویی انجام دهید.
۵. در صورت امتناع شرکت‌کننده از پاسخ به یک سؤال، ابتدا علت را جویا شوید و اهمیت پاسخگویی را توضیح دهید.

۶. در برخی بخش‌های پرسشنامه، برای روان‌تر شدن مصاحبه می‌توان ترتیب مطرح کردن سؤالات را تغییر داد؛ با این حال، ثبت پاسخ تمامی سؤالات الزامی است.

۷. به‌جز فرم ثبت اطلاعات فرد منتخب، سایر پرسشنامه‌ها را می‌توان بدون رعایت ترتیب مشخصی تکمیل کرد؛ با این حال، لازم است تمامی پرسشنامه‌ها حتماً تکمیل و ثبت شوند.

۸. در صورتی که علی‌رغم تلاش‌های انجام‌شده، پرسشنامه قابل تکمیل نبود، موضوع را با مدیر شهرستان در میان بگذارید و مطابق نظر ایشان اقدام نمایید.

نحوه پرسیدن سؤالات چندگزینه‌ای

در سؤالاتی که علت یا دلیل یک رفتار یا تصمیم پرسیده می‌شود (مانند علت مصرف نکردن منظم دارو، علت تجویز نشدن دارو، علت استفاده نکردن از خدمات دندانپزشکی و علت مراجعه یا عدم مراجعه به مراکز خدمات جامع سلامت)، ابتدا اجازه دهید شرکت‌کننده پاسخ خود را به‌صورت آزاد بیان کند و گزینه‌های موجود را در ابتدای سؤال برای فرد نخوانید. تنها در صورتی که شرکت‌کننده نتوانست پاسخ خود را بیان کند یا درخواست راهنمایی داشت، گزینه‌ها را به ترتیب برای وی بخوانید تا مناسب‌ترین پاسخ را انتخاب نماید.

لیست پرسشنامه ها - مهنا ...

بخش ۱ ثبت اطلاعات برای فرد متکلم تکمیل نشده	بخش ۲ تفصیه تکمیل نشده
بخش ۳ فعالیت بدنی تکمیل نشده	بخش ۴ استعمال دخانیت تکمیل نشده
بخش ۵ خواب تکمیل نشده	بخش ۶ سابقه فشارخون یا یا تکمیل نشده
بخش ۷ سابقه دیابت تکمیل نشده	بخش ۸ چاقی تکمیل نشده
بخش ۹ سابقه کلسترول تام یا تکمیل نشده	بخش ۱۰ سابقه بیماری های قلبی عرو... تکمیل نشده

شکل شماره ۱۴. لیست پرسش نامه ها

۷-۴- اطمینان از ارسال پرسشنامه‌های ثبت‌شده

۱. فرآیند پرسشگری، شامل ۲۱ پرسشنامه برای گام یک و یک پرسشنامه تن سنجی برای گام دو است و تکمیل تمامی بخش‌ها الزامی است.
۲. هر بخش پرسشنامه در قالب یک بخش مجزا نمایش داده می‌شود.
۳. پس از تکمیل هر بخش، رنگ بخش آن از قرمز به سبز تغییر می‌کند که نشان‌دهنده تکمیل بخش مربوطه است.
۴. در صورتی که هنگام تکمیل پرسشنامه به هر دلیلی از صفحه خارج شوید، نگران از دست رفتن اطلاعات نباشید؛ نرم‌افزار اطلاعات وارد شده را به صورت خودکار هر ۳۰ ثانیه یکبار ذخیره می‌کند.
۵. پس از ورود مجدد به صفحه پرسشنامه، می‌توانید فرآیند پرسشگری را از آخرین بخش ذخیره‌شده ادامه دهید.
۶. پس از تکمیل ۲۱ پرسشنامه گام اول و یک پرسشنامه تن سنجی گام دوم، به صفحه "ارسال نهایی اطلاعات" مراجعه کنید و نسبت به ارسال اطلاعات ثبت‌شده اقدام کنید.

⚠ **نکته مهم:** پیش از پایان فعالیت روزانه، حتماً از انتقال کامل اطلاعات به سرور مرکزی و صفر بودن تعداد رکوردهای قابل ارسال اطمینان حاصل نمایید.

۸-۴- ثبت ارجاع فرد به محل نمونه‌گیری / آزمایشگاه و پیگیری وضعیت ارجاع در سامانه

۱. پس از تکمیل فرآیند پرسشگری، نسبت به ثبت ارجاع فرد به محل نمونه‌گیری / آزمایشگاه اقدام کنید (شکل شماره ۱۵).
۲. کارت آزمایشگاه را بر اساس مشخصات فرد مصاحبه‌شونده تکمیل کرده و در اختیار وی قرار دهید.
۳. محل آزمایشگاه مورد نظر را در سامانه انتخاب کنید.
۴. زمان و مکان ارجاع فرد به آزمایشگاه را در سامانه ثبت و گزینه مربوطه را علامت بزنید.

ثبت نهایی اطلاعات پرسشنامه

۱. * آیا پرسشگری برای این فرد به اتمام رسیده است؟ (در صورتی که تمام پرسشنامه هایی که فرد حاضر به پاسخ گویی آنها بوده، ثبت شده است گزینه بله را انتخاب کنید)

☐ بله
☐ خیر

۲. * آیا کارت آزمایشگاه تحویل داده شد؟

☐ بله

۳. * آزمایشگاه ارجاع شده

آزمایشگاه اردبیل

تکمیل

لیست پرسشنامه ها - مهنا ...

بخش ۱۳ سابقه سایر بیماری های ... تکمیل شده	بخش ۱۴ توصیه های سبک زندگی و ... تکمیل شده
بخش ۱۵ حوادث تکمیل شده	بخش ۱۶ مصرف الکل تکمیل شده
بخش ۱۷ دریافت خدمات سلامت تکمیل شده	بخش ۱۸ سواد سلامت تکمیل شده
بخش ۱۹ دارایی خانوار تکمیل شده	بخش ۲۰ اطلاعات تماس تکمیل شده
بخش ۲۱ گام دوم - اندازه گیری ج - تکمیل شده	بخش ۲۲ ثبت نهایی اطلاعات پرس - تکمیل نشده

شکل شماره ۱۵. ثبت ارجاع فرد به محل نمونه گیری

۹-۴- الزامات کار با نرم افزار در زمان آفلاین

ثبت اطلاعات در حالت آنلاین و آفلاین

۱. در صورت وجود اینترنت، اطلاعات را حتماً به صورت برخط (Online) ثبت نمایید (شکل شماره ۱۶).
۲. در صورت عدم دسترسی به اینترنت، اطلاعات را به صورت آفلاین ثبت کنید و در اولین فرصت که به اینترنت دسترسی پیدا کردید، دستگاه را به اینترنت متصل کرده و اطلاعات را همگام سازی (Sync) نمایید تا داده ها به سرور ارسال شوند.

مدت زمان نشست کاربر

طول زمان نشست کاربر در سامانه ۱۴ روز تنظیم شده است؛ بنابراین در صورتی که کاربر به مدت ۱۴ روز با تابلت کار نکند، به صورت خودکار از سامانه خارج خواهد شد.

بررسی رکورد قابل ارسال و همگام سازی

۱. چه در وضعیت آنلاین و چه در وضعیت آفلاین، در صفحه خانه اپلیکیشن، بخش "رکورد قابل ارسال" را بررسی کنید.
۲. مقدار "رکورد قابل ارسال" باید صفر (۰) باشد. این وضعیت نشان می دهد که تمام اطلاعات ثبت شده به سرور مرکزی منتقل شده است.
۳. در صورتی که تعداد رکوردهای قابل ارسال بیشتر از صفر باشد، ابتدا بر روی گزینه "ارسال اطلاعات" کلیک کنید.
۴. پس از اتمام ارسال اطلاعات، گزینه "همگام سازی" را انتخاب کنید تا اطلاعات موجود در تابلت با اطلاعات سرور مرکزی هماهنگ شود.
۵. در پایان، مجدداً بخش "رکورد قابل ارسال" را بررسی کنید و از صفر شدن آن اطمینان حاصل نمایید.



شکل شماره ۱۶. ثبت اطلاعات در حالت آنلاین و آفلاین

⚠ نکته مهم: پیش از پایان فعالیت روزانه، حتماً از انتقال کامل اطلاعات به سرور مرکزی و صفر بودن تعداد رکوردهای قابل ارسال اطمینان حاصل کنید.

۱۰-۴- اهمیت همگام‌سازی در زمان کار با نرم افزار

۱. همگام‌سازی منظم باعث می‌شود آخرین اطلاعات ثبت‌شده در دستگاه با اطلاعات موجود در سامانه به‌روزرسانی و هماهنگ شود.
 ۲. پیش از شروع کار و در فواصل مختلف، از اتصال مناسب به اینترنت و انجام همگام‌سازی اطمینان حاصل کنید.
 ۳. پس از انجام تغییرات یا دریافت اطلاعات جدید، گزینه «همگام‌سازی» را انتخاب کنید تا اطلاعات به‌روز در اختیار شما قرار گیرد.
 ۴. در صورت مشاهده هرگونه مغایرت در اطلاعات، ابتدا همگام‌سازی را انجام دهید و سپس فرآیند را ادامه دهید.
- ⚠ نکته مهم:** همگام‌سازی منظم از بروز خطا در ثبت اطلاعات و از دست رفتن داده‌ها جلوگیری می‌کند؛ بنابراین در فواصل زمانی مناسب، حتماً این فرآیند را انجام دهید. در پایان هر روز کاری نیز، وضعیت همگام‌سازی و ارسال اطلاعات را یک‌بار دیگر بررسی کنید تا از انتقال کامل داده‌ها اطمینان حاصل شود.

سوست

راهنمای پرسش نامه جمع آوری اطلاعات در نهمین پیمایش ملی عوامل خطر بیماری های غیرواکسیر (سال ۱۴۰۵) در گروه سنی ۱۸ سال و بالاتر

بخش صفر – ثبت آدرس و خانوار

ثبت آدرس (اطلاعات آدرس را وارد کنید)

۱-۰	کد پستی:	آدرس:
	پرسشگر موظف است این بخش را به طور کامل و دقیق تکمیل کند تا امکان مکاتبه پستی با خانوار وجود داشته باشد. از وارد کردن توضیحات ناقص، کلمات مبهم یا آدرس های کوتاه که ارزش پستی ندارند خودداری شود.	
	راهنمای تکمیل آدرس کامل ❖ یک آدرس معتبر و قابل استفاده برای مکاتبات، معمولاً شامل بخش های زیر است: ❖ محله (در صورت کاربرد در منطقه) ❖ خیابان اصلی ❖ خیابان فرعی ❖ کوچه یا بن بست ❖ پلاک ساختمان ❖ واحد (در صورت وجود) ❖ کد پستی پرسشگر باید با دقت و بر اساس توضیحات فرد، همه اجزای فوق را در فرم ثبت کند. ✚ ثبت آدرس (اطلاعات آدرس را وارد کنید) – ثبت اطلاعات کد پستی برای سرخوشه اجباری می باشد که توسط نرم افزار به صورت خودکار نشان داده می شود. ✚ در صورتی که منزل مسکونی باشد اطلاعات خانوار ثبت گردد	
	نوع ساختمان: ☐ آپارتمان ☐ خانه ویلایی چند خانوار ☐ خانه ویلایی تک خانوار در صورتی که ساختمان آپارتمان یا خانه ویلایی چند خانوار باشد، باید هر خانوار باید تا بسته شدن خوشه مورد بررسی قرار گیرد و وضعیت سکونت برای هر خانوار ثبت گردد وضعیت سکونت ساختمان: ☐ غیرمسکونی ☐ مسکونی است، اما درب را باز نکردند ☐ مسکونی است، درب را باز کردند اما همکاری نکردند ☐ مسکونی است و برای ثبت اطلاعات همکاری کردند ☐	

✚ با مراجعه به محل، وضعیت ساختمان را مشخص کنید: در صورت کاربری غیرمسکونی گزینه «غیرمسکونی» را انتخاب کنید. اگر مسکونی است، بر اساس باز کردن درب و میزان همکاری ساکن، گزینه مناسب را علامت بنزید.	
اطلاعات خانوار	
۲-۰ نام و نام خانوادگی فرد مصاحبه شونده: در زمان مراجعه به منزل، ممکن است درب خانه توسط هر یک از اعضای خانواده باز شود. طبق پروتکل مطالعه، فرم «ثبت آدرس و خانوار» باید توسط سرپرست یا فرد آگاه خانوار (ترجیحا سرپرست خانوار) تکمیل گردد. این اطلاعات تنها یکبار پرسیده می شود و پس از آن، در مراحل بعدی فقط نمایش داده می شود. در صورت وجود هرگونه خطا، اصلاحات قبل از شروع پرسشگری انجام شود. ✚ در صورتی که فرد سرپرست فوت کرده باشد، فرد دیگری که توسط اعضای خانواده به عنوان سرپرست پذیرفته شده است، اطلاعات خانوار را ارائه می دهد. ✚ تاکید می گردد لازم است اطمینان حاصل کنید که پاسخها توسط یکی از افراد بزرگسال و مطلع خانواده ارائه شود و از گرفتن اطلاعات از کودکان خودداری کنید.	۳-۰ نقش فرد مصاحبه شونده در خانواده: فرزند ☐ همسر ☐ مادر ☐ پدر ☐ مادر بزرگ ☐ پدر بزرگ ☐ تنها زندگی می کند ☐ سایر ☐ نقش فردی که با او مصاحبه می شود را در اینجا مشخص کنید
۴-۰ نام و نام خانوادگی سرپرست خانوار: تعریف سرپرست خانوار سرپرست خانوار فردی است که سایر اعضای خانوار او را به عنوان مسئول یا اداره کننده امور خانواده معرفی می کنند. اگر اعضای خانوار در تعیین سرپرست توافق نداشته یا نتوانند فرد مشخصی را معرفی کنند، مسن ترین عضو خانوار به عنوان سرپرست در نظر گرفته می شود. در خانوارهای یک نفره، همان فرد به طور طبیعی سرپرست خانوار محسوب می شود. ✚ توضیحات: به پاسخگو اطمینان داده شود که نام و نام خانوادگی وی کاملاً محرمانه نگه داشته خواهد شد. طرح پرسش فقط با هدف پیگیری های احتمالی صورت می گیرد و اطلاعات هویتی در اختیار هیچ فرد یا نهادی قرار نخواهد گرفت.	۵-۰ جنسیت سرپرست خانوار: زن ☐ مرد ☐

۶-۰	تعداد کل افراد خانوار: (محدوده پاسخ قابل قبول ۲۰ نفر) تعریف خانوار به گروهی از افراد که خرج مشترک دارند و سر یک سفره غذا می‌خورند، خانوار گفته می‌شود. این تعریف شامل افراد خویشاوند و غیرخویشاوندی است که به‌طور مشترک زندگی و هزینه‌های روزمره را مدیریت می‌کنند خانه‌های کوچک محل سکونت سالمندان یا دانشجویان نیز در صورتی خانوار محسوب می‌شوند که ساکنان آن طبق تعریف خانوار زندگی کنند؛ یعنی هزینه‌های زندگی را به‌صورت مشترک تأمین کنند، غذای خود را با هم و سر یک سفره بخورند و امور روزمره و مخارج را به‌طور جمعی مدیریت نمایند، بدون آنکه لزوماً بین آن‌ها رابطه خویشاوندی وجود داشته باشد. نمیتوانند وارد نمونه‌گیری شوند: خوابگاه‌ها، سراهای سالمندان، سربازخانه‌ها، مکان‌های تجاری و سایر اماکن عمومی یا غیرمسکونی		
چک لیست معیار ورود به مطالعه – مختص اعضای خانوار (۱۸ سال و بالاتر)			
لطفاً این فرم برای افراد ۱۸ سال و بالاتر خانوار تکمیل گردد تا در نرم افزار این امکان وجود داشته باشد که یک فرد را به صورت تصادفی برای ادامه مصاحبه به شما معرفی کند مراقب باشید اگر این چک لیست برای همه افراد تکمیل نگردد نرم افزار به شما امکان ادامه مسیر را نخواهد داد			
فرد شماره			
لطفاً در نظر بگیرید افرادی که حداقل یکی از شرایط زیر را داشته باشند، وارد مطالعه نمی‌شوند: عدم سکونت با خانوار طی شش ماه گذشته، سن کمتر از ۱۸ سال، نداشتن کد ملی، ناتوانی در شرکت در هر سه مرحله مطالعه، یا بارداری.			
۷-۰	نام و نام خانوادگی:	۸-۰	جنسیت: ☐ زن ☐ مرد

۹-۰ تاریخ تولد: _____ روز _____ ماه _____ سال _____ راهنمای ثبت تاریخ تولد تاریخ تولد باید با استفاده از مدارک معتبر مانند کارت ملی، شناسنامه، گواهینامه یا کارت شناسایی کارمندی بررسی و ثبت شود. در صورت نبود مدرک، ابتدا تاریخ تولد از خود فرد سؤال شود و اگر وی اطلاع نداشت، از سایر اعضای خانواده پرسیده شود. سال تولد باید چهار رقمی ثبت شود؛ مانند "۱۳۷۵" اگر فرد فقط سال تولد را می‌داندست و ماه و روز را نمی‌داندست، فقط سال ثبت و ماه و روز ۱ (اول مهر همان سال) وارد می‌شود. اگر فرد سال و ماه تولد را به خاطر داشت اما روز را نمی‌داندست، ابتدا سال و ماه ثبت و به جای روز عدد ۱۵ درج می‌شود.	۱۰-۰	آیا فرد در شش ماه گذشته با خانوار زندگی کرده است؟ بلی ☐ خیر ☐ در صورتی که فرد در شش ماه گذشته ساکن این خانه بوده باشند برای او گزینه بلی را ثبت کنید، در غیر این صورت گزینه خیر ثبت گردد مثال: اگر فردی (مانند پدر، مادر، یا فرزند بزرگسال) در شش ماه گذشته در این خانه زندگی کرده، شرایط لازم را دارد. اما اگر مثلاً دختر خانواده سه ماه پیش ازدواج کرده و از خانه خارج شده است، چون در کل شش ماه گذشته ساکن این خانه نبوده است، شرایط لازم را ندارد. همچنین افراد میهمان، کسانی که موقتاً در خانه هستند، یا افرادی که قرار است به‌زودی از خانه نقل مکان کنند نیز شرایط لازم را ندارند. در صورتی که مصاحبه شونده تنها زندگی می‌کند، به سوال ۱۱-۰ پرش کنید در صورتی که فرد «تنها زندگی می‌کند» سازگار نیست. لطفاً پاسخ سؤال «آیا در شش ماه گذشته با خانوار زندگی کرده‌اید؟» را «بلی» بزنید.
وضعیت تاهل فرد چگونه است؟ هرگز ازدواج نکرده ☐ متاهل ☐ مطلقه / مطلقه نیست ولی از همسر خود جدا زندگی می‌کند ☐ بیوه (زن یا مردی که همسر او فوت شده است و در حال حاضر متاهل نیست) ☐ راهنمای ثبت وضعیت تاهل وضعیت تاهل بر اساس اظهارات خود فرد تعیین می‌شود. (در صورتی که مصاحبه شونده مجرد باشد، به سوال ۱۳-۰ پرش کنید)	۱۲-۰	وضعیت بارداری: بلی ☐ خیر ☐ (محدوده پاسخ قابل قبول ۵۰-۱۸ سال) در صورتی که فرد مورد نظر باردار باشد، گزینه بلی ثبت گردد در صورتی که فرد باردار باشد، از مطالعه خارج می‌شود. راهنمای ثبت وضعیت بارداری پاسخ سؤال صرفاً بر اساس اظهارات خود فرد ثبت می‌شود. اگر فرد از وضعیت بارداری خود بی‌اطلاع باشد، پاسخ باید «خیر» درج شود. (در صورتی که پاسخ سوال ۸-۰ "زن" باشد، سوال ۱۲-۰ را بپرسید) توجه: چه زن بیوه، چه مطلقه — هر دو ممکن است در زمان مصاحبه باردار باشند (بارداری از همسر پیشین در دوران عده یا پس از آن). پس سؤال بارداری از همه زنان در سنین باروری پرسیده شود، بدون توجه به وضعیت تاهل.
۱۳-۰ کد ملی: دارد ☐ ندارد ☐	۱۴-۰	آیا فرد توانایی شرکت در کلیه فازهای ۳ گانه مطالعه را دارد؟ بلی ☐ خیر ☐

رویکرد گام به گام مراقبت عوامل خطر بیماری‌های غیرواگیر سازمان جهانی بهداشت دارای سه سطح گردآوری اطلاعات است که سه گام اجرایی آن دربرگیرنده پرسشگری با پرسشنامه، تکمیل اطلاعات با سنجش‌های جسمی و سنجش‌های آزمایشگاهی است. در صورتی که فرد توانایی حضور و مشارکت در هر سه فاز مطالعه را نداشته باشد، از مطالعه خارج می‌شود. لازم به ذکر است، افراد دارای مشکلات روانشناختی یا جسمانی که توانایی پاسخگویی به پرسشنامه‌ها، شرکت در اندازه‌گیری‌های تن‌سنجی یا ارائه نمونه آزمایشگاهی ندارند یا افرادی که امکان حضور و در دسترس بودن در طول دوره جمع‌آوری داده‌ها ندارند، برای ایشان گزینه "خیر" ثبت گردد	هر فرد ایرانی باید کد ملی داشته باشد. افراد غیرایرانی تنها در صورتی وارد مطالعه می‌شوند که کد ملی ایرانی داشته باشند (مثلاً همسر غیرایرانی یک مرد ایرانی که کد ملی گرفته است). - کد ملی باید بر اساس مدارک معتبر (کارت ملی، شناسنامه، گواهینامه، یا کارت شناسایی کارمندی) کنترل و ثبت شود. - اگر فرد کد ملی خود را نمی‌داند، پرسشگر مدارک او را بررسی می‌کند. ✚ - ثبت صحیح کد ملی الزامی و بسیار مهم است.
--	---

شروع پرسشگری برای فرد منتخب خانوار که به صورت تصادفی انتخاب شده است

در این مرحله نرم افزار بعد از انجام تصادفی سازی از بین کسانی که معیار ورود به مطالعه را دارند (شامل سن ۱۸ سال و بالاتر، زندگی با خانوار در شش ماه گذشته، عدم بارداری، داشتن کد ملی، برخورداری از توانایی جسمانی و روانی کافی برای شرکت در مطالعه، و امکان حضور و در دسترس بودن در طول دوره جمع آوری داده‌ها) به شما یک فرد را معرفی خواهد کرد که پرسش نامه را برای او تکمیل کنید. توجه کنید در هر خانوار شما می توانید تنها یک فرد را وارد مطالعه کنید.

اگر فرد مورد نظر در زمان مراجعه حضور نداشت، از اعضای خانوار سوال شود که فرد مورد نظر در چه ساعتی به منزل مراجعه خواهد کرد و سپس در همان زمان مجدداً جهت مصاحبه مراجعه شود.

آیا در مراجعه فعلی، فرد منتخب در دسترس است؟ ☐ بلی ☐ خیر، نیاز به مراجعه مجدد دارد ☐

- ✚ چنانچه فرد منتخب غایب بود و در منزل حضور نداشت، هر تیم پرسشگری موظف است ۴ مراجعه دیگر در ۴ روز مختلف در زمان های مختلف، (به فرض مثال وقتی پرسشگری اول در صبح بوده بار بعدی ظهر پرسشگری انجام شود) انجام دهد.
- ✚ در هر مراجعه در صورت دسترسی به فرد منتخب، گزینه «بلی» را انتخاب کرده و وارد مرحله پرسشگری خواهد شد.
- ✚ در صورتی که فرد منتخب در زمان مراجعه در دسترس نباشد، پرسشگر موظف است حداکثر تا سه نوبت دیگر مراجعه مجدد انجام دهد و در هر بار در صورت عدم حضور فرد، گزینه «نیاز به مراجعه مجدد دارد» را انتخاب کند.
- ✚ در نوبت چهارم، مراجعه پرسشگر باید با هماهنگی و همراهی مدیر شهرستان انجام شود.
- ✚ چنانچه پس از چهار بار مراجعه حضوری و همچنین تلاش برای برقراری تماس تلفنی، فرد منتخب همچنان در دسترس نبوده یا پاسخگو نباشد، وضعیت «عدم دسترسی» ثبت شده و فرآیند مراجعه خاتمه می یابد.

بخش یک - ثبت اطلاعات برای فرد منتخب

۱-۱	آیا برای شرکت در مطالعه رضایت دارید؟ ☐ بلی ☐ خیر ✚ در صورتی که فرد مورد مصاحبه رضایت حضور در مطالعه نداشته باشد، وارد مطالعه نمی شود و نیازی به جایگزینی نیست. گزینه خیر را برای او وارد کنید و برای ادامه پرسشگری وارد خانه دیگر شوید. ✚ در صورت بلی در ادامه پرسشگری را شروع کنید. ✚ لطفا متن رضایت نامه زیر را برای فرد بخوانید ما، آقا/خانم {نام و نام خانوادگی}، از طرف دانشگاه علوم پزشکی {نام دانشگاه} / وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی برای اجرای پیمایش ملی عوامل خطر بیماری های غیرواگیر (STEPS) مراجعه کرده ایم.	۲-۱	نام و نام خانوادگی:
-----	---	-----	---------------------

		در صورت موافقت شما، تعدادی سؤال درباره وضعیت سلامت و عوامل خطر بیماری‌های غیرواگیر از شما پرسیده می‌شود و اندازه‌گیری‌هایی شامل قد، وزن، دور کمر، دور لگن، دور گردن، دور مچ دست، فشار خون و نبض انجام خواهد شد. این کار حدود ۶۰ دقیقه زمان می‌برد. اطلاعات شما محرمانه خواهد بود و نتایج به‌گونه‌ای گزارش می‌شود که هویت شما قابل شناسایی نباشد. داده‌های جمع‌آوری‌شده ممکن است برای تحلیل‌های علمی و پژوهش‌های مرتبط با عوامل خطر بیماری‌های غیرواگیر استفاده شود و این استفاده با رعایت اصول محرمانگی و ضوابط اخلاق پژوهش انجام خواهد شد. شرکت در مطالعه کاملاً داوطلبانه است. شما می‌توانید به هر سؤالی پاسخ ندهید، هر یک از اندازه‌گیری‌ها را نپذیرید یا در هر زمان از ادامه همکاری انصراف دهید؛ این تصمیم هیچ تأثیری بر دریافت خدمات سلامت شما نخواهد داشت.	
۳-۱	کد ملی: کد ملی باید بر اساس مدارک معتبر مانند کارت ملی، شناسنامه، گواهینامه، یا کارت شناسایی کارمندی کنترل و ثبت شود. اگر فرد کد ملی خود را نمی‌داند، پرسشگر باید مدارک شناسایی او را بررسی کند. ثبت صحیح کد ملی بسیار مهم است	۴-۱	جنسیت: زن ☐ مرد ☐
۵-۱	تاریخ تولد: روز ماه سال راهنمای ثبت تاریخ تولد تاریخ تولد باید با استفاده از مدارک معتبر مانند کارت ملی، شناسنامه، گواهینامه یا کارت شناسایی کارمندی بررسی و ثبت شود. در صورت نبود مدرک، ابتدا تاریخ تولد از خود فرد سؤال شود و اگر وی اطلاع نداشت، از سایر اعضای خانواده پرسیده شود.	۶-۱	نسبت با سرپرست خانوار چیست؟ سرپرست ☐ همسر (زن/شوهر) ☐ پسر/دختر ☐ عروس/داماد ☐ نوه ☐ والدین سرپرست یا همسر ☐ برادر / خواهر سرپرست یا همسر ☐ عمو / دایی / خاله / عمه ☐ برادرزاده / خواهرزاده ☐ فرزند خوانده/ فرزند همسر/ فرزند رضاعی ☐ دیگر وابستگان / غیر خویشاوند ☐

		سال تولد باید چهار رقمی ثبت شود؛ مانند "۱۳۷۵" اگر فرد فقط سال تولد را می‌داندست و ماه و روز را نمی‌داندست، فقط سال ثبت و ماه ۷ و روز ۱ (اول مهر همان سال) وارد می‌شود. اگر فرد سال و ماه تولد را به خاطر داشت اما روز را نمی‌داندست، ابتدا سال و ماه ثبت و به‌جای روز عدد ۱۵ درج می‌شود.	
چند سال تحصیلی موفق داشته اید (بدون در نظر داشتن پیش دبستانی)؟ پرسشگر در صورت نیاز، می‌تواند به شمارش تعداد سال‌های تحصیل مصاحبه‌شونده کمک کند. توجه: سال‌هایی که فرد پشت کنکور بوده را در محاسبه لحاظ نکنید	۸-۱	آیا پدر و مادر شما با هم نسبت فامیلی دارند؟ ☐ بلی ☐ خیر منظور از نسبت فامیلی، ازدواج بین افرادی است که دارای یک یا چند نیای (جد) مشترک هستند، مانند ازدواج بین پسرعمو و دخترعمو، پسرایی و دخترخاله، پسرخاله و دخترعمو، و سایر انواع ازدواج بین بستگان است. در صورتی که پدر و مادر چنین نسبت خویشاوندی با یکدیگر داشته‌اند، پاسخ «بله» و در غیر این صورت پاسخ «خیر» ثبت شود.	۷-۱
وضعیت تاهل شما چگونه است؟ هرگز ازدواج نکرده ☐ متاهل ☐ مطلقه/ مطلقه نیست ولی از همسر خود جدا زندگی می‌کند ☐ بیوه (زن یا مردی که همسر او فوت شده است و در حال حاضر متاهل نیست) ☐ راهنمای ثبت وضعیت تاهل وضعیت تاهل بر اساس اظهارات خود فرد تعیین می‌شود.	۱۰-۱	میزان تحصیلات شما کدامیک از موارد ذیل است؟ (بالاترین مدرک تحصیلی)؟ بی سواد ☐ ابتدایی/ نهضت ☐ راهنمایی ☐ دبیرستان ☐ دیپلم ☐ فوق دیپلم ☐ لیسانس ☐ فوق لیسانس ☐ دکتری حرفه ای ☐ دکترای تخصصی و فوق دکترا ☐ حوزوی ☐ تحصیلات غیر رسمی ☐ نمی‌دانم ☐ راهنمای ثبت میزان تحصیلات منظور از تحصیلات، مقطع به اتمام رسیده است. مثال: فردی که چند ماه در دوره راهنمایی تحصیل کرده باشد، ابتدایی لحاظ می‌شود. اگر فرد دانشجو کارشناسی یا دکتری حرفه ای باشد، دیپلم ثبت می‌شود.	۹-۱

		• راهنمایی و سیکل: ✚ حداقل یک سال تحصیل در راهنمایی ← ثبت به عنوان راهنمایی ✚ افرادی که سیکل دارند، گزینه راهنمایی برای آنها ثبت می‌شود. • دبیرستان و دیپلم: ✚ حداقل یک سال تحصیل در دبیرستان ← ثبت به عنوان دبیرستان ✚ تمام سال‌های دبیرستان ← ثبت به عنوان دیپلم ✚ تحصیلات غیر رسمی شامل آموزش‌های مکتب‌خانه‌ای/سنتی یا آموزش‌های دینی یا حوزوی بدون مدرک رسمی قابل تطبیق با سطوح حوزوی می‌باشد	
آیا شغل دیگری دارید؟ ☐ بلی ☐ خیر ✚ منظور از این سؤال، شغل دوم یا شغل مکمل فرد است که علاوه بر شغل اصلی (سوالی که قبلاً پرسیده شد) انجام می‌دهد.	۱۲-۱	وضعیت اشتغال شما در ۱۲ ماه گذشته چه بوده است؟ کارمند بخش دولتی ☐ کارمند بخش غیردولتی ☐ کارگر شاغل در بخش دولتی ☐ کارگر شاغل در بخش غیردولتی ☐ شغل آزاد یا خویش‌فرما ☐ کار بدون مزد ☐ دانش‌آموز، دانشجو ☐ سرباز ☐ خانه‌دار ☐ بازنشسته ☐ بیکار به علت ناتوانی ☐ بیکار جویای کار ☐ بیکار غیر جویای کار ☐ راهنمای ثبت آخرین شغل ✚ از فرد درباره آخرین شغل او پرسیده شود.	۱۱-۱

		در صورتی که فرد دو شغل یا بیشتر دارد ملاک شغلی است که بیشترین درآمد را از آن دارد. برای تعیین دولتی یا خصوصی بودن شغل، معیار این است که بیمه فرد شاغل از کجا رد می‌شود. (در صورتی که پاسخ سوال "بیکار به علت ناتوانی"، "بیکار جویای کار" یا "بیکار غیر جویای کار" باشد به سوال ۱-۱۳ پرش کنید)	
نوع بیمه را مشخص کنید: بیمه سلامت ایران ☐ بیمه تامین اجتماعی ☐ بیمه نیروهای مسلح ☐ سایر بیمه ها ☐ در این سوال امکان انتخاب یک گزینه وجود دارد.	۱۴-۱	آیا بیمه پایه (اصلی) دارید؟ بلی ☐ خیر ☐ منظور از بیمه پایه و اصلی، انواع بیمه‌ای است که پوشش دولتی یا رسمی ارائه می‌دهند، از جمله: بیمه سلامت ایران، نیروهای مسلح، تامین اجتماعی و سایر بیمه ها که شامل بیمه کارمندان نفت، بانک ها و شهرداری می شود در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۱-۱۵ پرش کنید	۱۳-۱
		آیا بیمه تکمیلی دارید؟	۱۵-۱
		بلی ☐ خیر ☐	

بخش دو - تغذیه		
شماره	سوال	گزینه ها
۱-۲	در یک هفته معمولی، هر چند وقت یکبار صبحانه میل می‌کنید؟	هر روز ☐ ۵ تا ۶ روز ☐ ۳ تا ۴ روز ☐ ۱ تا ۲ روز ☐ هرگز ☐

	باید به صورت واضح از فرد پرسیده شود چند وقت یکبار در هفته وعده غذایی صبحانه را میل می‌کند. جهت پاسخ دهی به این سوالات یک هفته معمولی را در نظر بگیرید که تحت تاثیر مراسم فرهنگی، مذهبی و سایر رویدادها نبوده باشد.
۲-۲	در یک هفته معمولی، چند روز در هفته میوه مصرف می‌کنید؟ تعداد روز (محدوده پاسخ قابل قبول ۱-۷ روز) هرگز ☐
	منظور از هفته معمولی هفته ای است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند. میوه شامل آب میوه طبیعی نیز می باشد. در صورتی که پاسخ سوال "هرگز" باشد، به سوال ۲-۴ پرش کنید
۳-۲	تعداد واحد میوه در یکی از آن روز ها بیان کنید. تعداد واحد میوه (محدوده پاسخ قابل قبول ۱-۱۴ واحد)
	از شرکت کننده بخواهید مقدار میوه مصرفی در یکی از آن روزها را ذکر کند. نصف لیوان آب میوه طبیعی معادل یک واحد محسوب می گردد تعریف واحدهای میوه های متداول بر اساس فصل پرسشگری می باشد. هر واحد میوه معادل: ۱ عدد سیب متوسط یا ۱ عدد پرتقال متوسط یا ۱ قاچ هندوانه متوسط یا ۱ قاچ طالبی یا خربزه، یا ۳ عدد خرما متوسط یا یک چهارم لیوان توت فرنگی یا ۱۷ حبه انگور یا ۱ عدد لیموشیرین یا ۲ عدد نارنگی یا ۴ عدد زردالو یا ۱۲ عدد گیلان یا یک سوم موز یا ۳ عدد آلو یا نصف گریپ فروت متوسط، یا ۱ عدد خرمالو متوسط یا ۱ عدد متوسط شلیل یا نصف گلابی متوسط می باشد.
۴-۲	در یک هفته معمولی، چند روز در هفته سبزیجات مصرف می‌کنید؟ تعداد روز (محدوده پاسخ قابل قبول ۱-۷ روز) هرگز ☐
	منظور از هفته معمولی هفته ای است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند. سبزیجات شامل سبزی خام یا پخته می باشد در صورتی که پاسخ سوال "هرگز" باشد، به سوال ۲-۶ پرش کنید
۵-۲	تعداد واحد سبزیجات در یکی از آن روزهایی که مصرف می‌کنید را بیان کنید. تعداد واحد سبزیجات (محدوده پاسخ قابل قبول ۱-۱۴ واحد)
	از شرکت کننده بخواهید مقدار سبزیجات مصرفی در یکی از آن روزها را ذکر کند. یک لیوان سبزی خام خورد شده یا یک بشقاب میوه خوری (کاهو، انواع کلم، سبزی خوردن، سبزی خورشتی، سبزی آش، لوبیا سبز، پیاز، هویج، خیار، تره فرنگی، گوجه فرنگی، کرفس، اسفناج، بامیه، قارچ، فلفل، بادمجان، کدو، شلغم، چغندر، جوانه حبوبات) معادل یک واحد است. نصف لیوان سبزی پخته معادل یک واحد است.

۶-۲	لیوان استاندارد : لیوان ۲۴۰ سی سی می باشد در یک هفته معمولی، چقدر لبنیات مصرف می کنید؟	هرگز ☐ هفتگی کمتر از ۲ واحد ☐ هفتگی ۲-۴ واحد ☐ هفتگی ۴-۵ واحد ☐ روزانه ۱-۳ واحد ☐ روزانه ۴-۶ واحد ☐ روزانه بیش از ۶ واحد ☐
	منظور از هفته معمولی هفته ای است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند لبنیات شامل شیر، ماست، پنیر، دوغ، کشک می باشد که هر واحد آن معادل یک لیوان شیر، یک لیوان ماست، یک قوطی کبریت پنیر، دو لیوان دوغ، چهار عدد کشک کوچک یا چهار قاشق غذاخوری کشک مایع غلیظ می باشد لیوان استاندارد : لیوان ۲۴۰ سی سی می باشد در صورتی که پاسخ سوال "هرگز" باشد، به سوال ۲-۸ پرش کنید	
۷-۲	اغلب چه نوع لبنیاتی مصرف می کنید؟	کم چرب ☐ پرچرب ☐ معمولی / نیم چرب ☐ محلی ☐
	از فرد پرسیده شود به طور معمول <u>اغلب از چه نوع لبنیاتی</u> استفاده می کند	
۸-۲	در یک هفته معمولی، چقدر گوشت مرغ و ماکیان (سایر پرندگان) مصرف می کنید؟	هرگز ☐ هفتگی کمتر از ۲ واحد ☐ هفتگی ۲-۴ واحد ☐ هفتگی ۴-۵ واحد ☐ روزانه ۱-۳ واحد ☐ روزانه ۴-۶ واحد ☐ روزانه بیش از ۶ واحد ☐
	منظور از هفته معمولی هفته ای است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند هرواحد از گوشت لخم معادل یک قوطی کبریت میباشد	
۹-۲	در یک هفته معمولی، چقدر گوشت قرمز مصرف می کنید؟	هرگز ☐ هفتگی کمتر از ۲ واحد ☐ هفتگی ۲-۴ واحد ☐ هفتگی ۴-۵ واحد ☐ روزانه ۱-۳ واحد ☐ روزانه ۴-۶ واحد ☐ روزانه بیش از ۶ واحد ☐
	منظور از هفته معمولی هفته ای است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند منظور از گوشت قرمز، گوشت هایی مانند گوشت گاو، گوساله، گوسفند، بره، بز و شتر است. هر واحد از گوشت لخم خام معادل یک قوطی کبریت میباشد (معادل ۵۰ گرم) و هر ۳ قاشق غذا خوری سر صاف گوشت چرخ کرده پخته نیز معادل یک واحد می باشد	
۱۰-۲	هر چند وقت یکبار ماهی مصرف می کنید؟	هرگز ☐ کمتر از یکبار در ماه ☐ ۱ تا ۳ بار در ماه ☐ ۱ تا ۳ بار در هفته ☐ ۴ تا ۶ بار در هفته ☐ ۱ تا ۲ بار در روز ☐ ۳ بار یا بیشتر در روز ☐

منظور ایامی است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند در صورتی که پاسخ سوال "هرگز" باشد، به سوال ۲-۱۲ پرش کنید راهنمای انتخاب گزینه مصرف مواد غذایی افرادى که یک تا سه بار در ماه مصرف می کنند ← گزینه «۱ تا ۳ بار در ماه» انتخاب شود. اگر فرد حداقل ۴ بار در ماه مصرف می کند ← گزینه «۱ تا ۳ بار در هفته» انتخاب شود (میانگین هفته ای یک بار یا بیشتر). اگر مصرف فرد بیش از ۷ بار در هفته باشد ← گزینه «۱ تا ۲ بار در روز» انتخاب شود. منظور از ماهی مصرف تن ماهی نمی باشد	
هر بار چند برش پخته شده ماهی مصرف می کنید؟ تعداد برش (محدوده پاسخ قابل قبول ۱-۱۴ واحد)	۱۱-۲
برش ماهی به اندازه یک نوار کاست، معادل یک واحد است از شرکت کننده بخواهید مقدار برش ماهی مصرفی را در هر بار استفاده ذکر کند.	
هرگز ☐ کمتر از یکبار در ماه ☐ ۱ تا ۳ بار در ماه ☐ ۱ تا ۳ بار در هفته ☐ ۴ تا ۶ بار در هفته ☐ ۱ تا ۲ بار در روز ☐ ۳ بار یا بیشتر در روز ☐	۱۲-۲ هر چند وقت یکبار گوشت های فرآوری شده و فست فود (مانند سوسیس، کالباس و ژامبون) مصرف می کنید؟
منظور ایامی است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند راهنمای انتخاب گزینه مصرف مواد غذایی افرادى که یک تا سه بار در ماه مصرف می کنند ← گزینه «۱ تا ۳ بار در ماه» انتخاب شود. اگر فرد حداقل ۴ بار در ماه مصرف می کند ← گزینه «۱ تا ۳ بار در هفته» انتخاب شود (میانگین هفته ای یک بار یا بیشتر). اگر مصرف فرد بیش از ۷ بار در هفته باشد ← گزینه «۱ تا ۲ بار در روز» انتخاب شود.	
هرگز ☐ روزانه کمتر از ۱ واحد ☐ روزانه ۱-۳ واحد ☐ روزانه ۴-۶ واحد ☐ روزانه ۷-۹ واحد ☐ روزانه ۱۰-۱۲ واحد ☐ روزانه بیش از ۱۲ واحد ☐	۱۳-۲ در یک هفته معمولی، چقدر نان (انواع نان ها) مصرف می کنید؟
منظور از هفته معمولی هفته ای است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند نان بربری و سنگک : هر واحد معادل یک کف دست بدون انگشت است (برش ۱۰ سانت در ۱۰ سانت "کف دست متوسط") نان تافتون: هر واحد معادل دو کف دست بدون انگشت است (برش ۱۰ سانت در ۱۰ سانت "کف دست متوسط")	

✚ نان لواش: هر واحد معادل چهار کف دست بدون انگشت است (برش ۱۰ سانت در ۱۰ سانت "کف دست متوسط")	
در یک هفته معمولی، چقدر برنج و ماکارونی مصرف می کنید؟	هرگز ☐ هفتگی کمتر از ۳ واحد ☐ هفتگی ۳-۷ واحد ☐ روزانه ۲-۴ واحد ☐ روزانه ۵-۷ واحد ☐ روزانه ۸-۱۰ واحد ☐ روزانه بیش از ۱۰ واحد ☐
✚ منظور از هفته معمولی هفته ای است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند ✚ هر واحد برنج پخته یا ماکارونی پخته معادل ۵ قاشق غذاخوری سرصاف یا یک کفگیر استاندارد بیضی است	
آیا غلات مصرفی شما جزو غلات کامل (شامل برنج قهوه ای، نان با غلات کامل، نان جو، بلغور و ماکارونی سبوس دار) است؟	همیشه ☐ اغلب ☐ گاهی اوقات ☐ به ندرت ☐ هرگز ☐
✚ منظور ایامی است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند	
در یک هفته معمولی، چقدر حبوبات مصرف می کنید؟	هرگز ☐ هفتگی کمتر از ۱ واحد ☐ هفتگی ۱-۲ واحد ☐ هفتگی ۳-۴ واحد ☐ هفتگی ۵-۶ واحد ☐ هفتگی ۷-۸ واحد ☐ هفتگی بیش از ۸ واحد ☐
✚ منظور از هفته معمولی هفته ای است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند ✚ هر واحد از حبوبات پخته معادل نصف لیوان می باشد	
در یک هفته معمولی، چقدر تخم مرغ مصرف می کنید؟	هرگز ☐ هفتگی کمتر از ۱ واحد ☐ هفتگی ۱-۳ واحد ☐ هفتگی ۴-۶ واحد ☐ هفتگی ۷-۹ واحد ☐ هفتگی ۱۰-۱۲ واحد ☐ هفتگی بیش از ۱۲ واحد ☐
✚ منظور از هفته معمولی هفته ای است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند ✚ هر واحد معادل یک تخم مرغ کامل و یا دو عدد سفیده تخم مرغ است	
هر چند وقت یکبار نوشیدنی های شیرین (مانند نوشابه، شربت، دلستر، نوشیدنی انرژی زا و آبمیوه صنعتی) مصرف می کنید؟	هرگز ☐ کمتر از یکبار در ماه ☐ ۱ تا ۳ بار در ماه ☐ ۱ تا ۳ بار در هفته ☐ ۴ تا ۶ بار در هفته ☐ ۱ تا ۲ بار در روز ☐ ۳ بار یا بیشتر در روز ☐
✚ منظور ایامی است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند ✚ راهنمای انتخاب گزینه مصرف مواد غذایی ✚ افرادی که یک تا سه بار در ماه مصرف می کنند ← گزینه «۱ تا ۳ بار در ماه» انتخاب شود. ✚ اگر فرد حداقل ۴ بار در ماه مصرف می کند ← گزینه «۱ تا ۳ بار در هفته» انتخاب شود (میانگین هفته ای یک بار یا بیشتر).	

۱۹-۲	در یک هفته معمولی، چقدر قند و شکر مصرف می کنید؟	هرگز ☐ کمتر از ۳ واحد در هفته ☐ هفتگی ۳-۶ واحد ☐ روزانه ۱-۲ واحد ☐ روزانه ۳-۵ واحد ☐ روزانه ۶-۸ واحد ☐ روزانه بیش از ۸ واحد ☐
	منظور از هفته معمولی هفته ای است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند	
۲۰-۲	آیا در هنگام خرید محصولات غذایی به چراغ راهنمایی غذایی توجه می کنید؟	همیشه ☐ اغلب ☐ گاهی اوقات ☐ به ندرت ☐ هرگز ☐ اطلاعی از چراغ راهنمایی ندارم ☐
	از شرکت کننده درخواست شود یک روز معمولی (به جز روزهای جشن و مراسم خاص) را برای پاسخ گویی به این سؤال در نظر بگیرد. به فرد توضیح داده شود که چراغ راهنمایی غذایی یک راهنمای سریع روی برچسب محصولات غذایی است که به مصرف کننده کمک می کند تا میزان مواد مغذی مصرفی خود را ارزیابی کند. برای توضیح بهتر، از عکس و راهنمای تصویری چراغ راهنمایی غذایی استفاده شود	چراغ راهنما ۷۱ kcal انرژی ۰ g قند ۷/۲ g چربی ۰/۳ g نمک ۰ g اسیدهای چرب ترانس ۲ g پروتئین اندک ☐ متوسط ☐ زیاد ☐
۲۱-۲	آیا در هنگام خرید محصولات غذایی به جدول حقایق تغذیه ای که روی محصولات غذایی است، توجه می کنید؟	همیشه ☐ اغلب ☐ گاهی اوقات ☐ به ندرت ☐ هرگز ☐ اطلاعی از جدول حقایق تغذیه ای ندارم ☐

	از شرکت کننده درخواست شود یک روز معمولی (به جز روزهای جشن و مراسم خاص) را برای پاسخ‌گویی به این سؤال در نظر بگیرد. توضیح: جدول حقایق تغذیه‌ای (Nutrition Facts) معمولاً روی بسته‌بندی محصولات غذایی قرار دارد و اطلاعاتی مانند میزان کالری، چربی، قند، نمک، پروتئین و سایر مواد مغذی را نشان می‌دهد. این سؤال می‌پرسد که آیا مصاحبه شونده این اطلاعات را قبل از خرید محصول مطالعه می‌کند تا انتخاب آگاهانه‌تری داشته باشد یا خیر.
هرگز ☐ نمی دانم ☐ گاهی اوقات ☐ به ندرت ☐ اغلب ☐ همیشه ☐	۲۲-۲ هر چند وقت یکبار، در حین غذا خوردن یا درست قبل از شروع غذا، به غذای خود نمک اضافه می‌نمایید؟
هرگز ☐ نمی دانم ☐ گاهی اوقات ☐ به ندرت ☐ اغلب ☐ همیشه ☐	از شرکت کننده درخواست شود یک روز معمولی (به جز روزهای جشن و مراسم خاص) را برای پاسخ‌گویی به این سؤال در نظر بگیرد. ۲۳-۲ هر چند وقت یکبار هنگام پخت و پز یا هنگام آماده کردن غذا از نمک استفاده می‌کنید؟
هرگز ☐ نمی دانم ☐ گاهی اوقات ☐ به ندرت ☐ اغلب ☐ همیشه ☐	از شرکت کننده درخواست شود یک روز معمولی در منزل (به جز روزهای جشن و مراسم خاص) را برای پاسخ‌گویی به این سؤال در نظر بگیرد. ۲۴-۲ هر چند وقت یکبار از غذاهای فرآوری شده پرنمک (مانند خیارشور، ترشی شور، پاپ کرن، پفک، چیپس، سوسیس، کالباس، غذاهای کنسروی) استفاده می‌کنید؟
خیلی زیاد ☐ زیاد ☐ به مقدار مناسب ☐ کم ☐ خیلی کم ☐ نمی دانم ☐	منظور ایامی است که عادات غذایی در آن تحت تاثیر مراسم های فرهنگی و مذهبی و سایر رویدادها قرار نگرفته باشند. ۲۵-۲ فکر می‌کنید چه مقدار نمک استفاده می‌کنید؟
هرگز ☐ روزانه کمتر از ۲ واحد ☐ روزانه ۲-۴ واحد ☐ روزانه ۵-۷ واحد ☐ روزانه ۸-۱۰ واحد ☐ روزانه ۱۰-۱۲ واحد ☐ روزانه بیش از ۱۲ واحد ☐	پاسخ را بر اساس درک و تصور شخصی خود از میزان مصرف نمک انتخاب کنید. ۲۶-۲ چه میزان از روغن‌ها استفاده می‌کنید؟
از شرکت کننده درخواست شود یک روز معمولی (به جز روزهای جشن و مراسم خاص) را برای پاسخ‌گویی به این سؤال در نظر بگیرد.	

	هر واحد از روغن های مایع یا جامد معادل ۱ قاشق غذاخوری می باشد در صورتی که فرد در منزل آشپزی نمی کند، از او بخواهید فردی را که معمولاً در منزل آشپزی می کند صدا بزند. از فرد آشپز سؤال کنید که معمولاً چه مقدار روغن در غذا استفاده می کند. سپس مقدار روغن مصرفی را بر تعداد اعضای خانوار تقسیم کنید تا مقدار روغن مصرفی به ازای هر فرد مشخص شود.
۲۷-۲	در خانوار <u>بیشتر</u> از چه نوع روغن یا چربی برای طبخ غذا استفاده می شود؟ روغن نباتی جامد ☐ روغن نباتی مایع یا سرخ کردنی ☐ کره یا روغن حیوانی ☐ پیه یا دنبه ☐ کره نباتی (مارگارین) ☐ هیچ یک را بیشتر از سایر انواع استفاده نمی کنم ☐ اصلاً روغن یا چربی مصرف نمی کنم ☐ سایر ☐ نمی دانم ☐
	اگر چند نوع روغن استفاده می کنید، نوعی که بیشتر از همه مصرف می شود را مشخص کنید. در صورتی که فرد در منزل آشپزی نمی کند، از او بخواهید فردی را که معمولاً در منزل آشپزی می کند صدا بزند و سؤال را از آن فرد بپرسید. مشخص کنید در خانوار، برای طبخ غذا کدام نوع روغن یا چربی بیشتر از سایر انواع استفاده می شود.

بخش سه – فعالیت بدنی		
شماره	سوال	گزینه ها
در این بخش، حتماً مثال ها متناسب با فرد مصاحبه شونده برای او خوانده شود تا پرسش ها واضح و قابل فهم باشند.		
فعالیت بدنی ناشی از کار		
۱-۳	آیا کار شما به نوعی است که شامل فعالیت با شدت زیاد (که حداقل ۱۰ دقیقه به طور مداوم طول بکشد و موجب افزایش شدید تنفس و ضربان قلب شود) گردد؟ (مانند حمل بارهای سنگین و کارهای ساختمانی، اره کردن چوب، حفاری، ...)	بلی ☐ خیر ☐

آسیاب کردن با دسته هاون، بیل زدن، مربی ورزشهای سنگین، مربی ورزشهای هوازی)	
راهنمای تعریف و توضیح فعالیت شدید جسمانی - منظور از فعالیت شدید، فعالیتی است که موجب افزایش شدید تنفس و ضربان قلب شود، مانند: - حمل بارهای سنگین، کارهای ساختمانی - اره کردن چوب، حفاری، آسیاب کردن با دسته هاون، بیل زدن - مربی ورزشهای سنگین یا هوازی - توجه: مثالها قبلاً توسط پرسشگر خوانده شود و متناسب با وضعیت فرد انتخاب گردد: - برای افراد ساکن شهر: حمل بار سنگین و کار ساختمانی طبیعی است، اما آسیاب با دسته هاون معمول نیست. - برای افراد روستایی: آسیاب کردن با دسته هاون می تواند مثال مناسبی باشد. راهنمای ثبت مدت زمان فعالیت بدنی شدید روزانه از فرد پرسیده شود که یک روز معمولی را به خاطر آورد و ببیند در چنین روزی چند دقیقه را به فعالیت بدنی شدید (که ضربان قلب و تنفس را به شدت افزایش دهد) اختصاص داده است. فعالیت شدید باید حداقل ۱۰ دقیقه طول کشیده باشد. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۳-۴ پرسش کنید	
۲-۳ چند روز در طول یک هفته معمولی در هنگام کار فعالیت بدنی با شدت زیاد دارید؟	روز (محدوده پاسخ قابل قبول ۱-۷ روز)
راهنمای ثبت فعالیت هفتگی و زمان آن منظور از هفته معمولی، هفته ای است که فعالیت فرد تحت تأثیر مراسم خاص (مذهبی، ملی یا فرهنگی مانند نوروز، عید فطر، قربان، عاشورا، اربعین و...) قرار نگرفته باشد. مثال برای ثبت زمان: اگر فرد اعلام کرد دو بار در ماه فعالیت می کند ← میانگین ۰.۵ بار در هفته. سپس از فرد پرسیده می شود هر بار چند ساعت بوده است.	

	✚ مثال: هر بار ۳ ساعت ← مجموع ماهانه ۶ ساعت ← میانگین ۱ ساعت و ۳۰ دقیقه در هفته. بنابراین، برای سوال تعداد دفعات هفتگی پاسخ ۱ و برای سوال مدت زمان هر بار پاسخ ۱ ساعت و ۳۰ دقیقه ثبت می‌شود.
۳-۳	در یکی از آن روزها، هنگام کار چه مدت را به فعالیت بدنی با شدت زیاد گذرانده اید؟ ساعت (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۲۴ ساعت) □ □ دقیقه (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۵۹ دقیقه)
	✚ اگر زمان ذکر شده بیشتر از میزان معمول (۴ ساعت) باشد، لازم است مجدد با فرد چک شود که منظور دقیق فعالیت بدنی شدید را درک کرده است و مدت زمان فعالیت بدنی شدید در روز را به صورت حدودی درست گزارش کرده است. ✚ دقت در ثبت تعداد ساعت‌ها و دقیقه‌ها ضروری است. ✚ طول ساعت مدت فعالیت بدنی به ساعت و دقیقه می‌باشد. مثلاً فردی ۷:۳۰ دقیقه فعالیت می‌کند ۷ را در قسمت ساعت و ۳۰ را در قسمت دقیقه بنویسید. ✚ اگر فردی کمتر از یک ساعت فعالیت دارد در بخش ساعت عدد صفر و در بخش دقیقه عدد دقیقه را وارد کنید.
۴-۳	آیا کار شما به نوعی است که شامل فعالیت با شدت متوسط (که حداقل ۱۰ دقیقه به‌طور مداوم طول بکشد و موجب افزایش خفیف تنفس و ضربان قلب شود). گردد؟ (مانند کارگر نظافت، باغبانی، دوشیدن شیر، تراشیدن چوب، هم زدن سیمان، مراقبت از حیوانات و ...) بلی □ خیر □
	راهنمای تعریف و توضیح فعالیت متوسط جسمانی - منظور از فعالیت متوسط، فعالیتی است که موجب افزایش متوسط تنفس و ضربان قلب شود، مانند: ✚ کارگر نظافت، باغبانی، ✚ دوشیدن شیر، تراشیدن چوب، ✚ هم زدن سیمان، مراقبت از حیوانات - توجه به مثال‌ها: - مثال‌ها قبلاً توسط پرسشگر خوانده شود و متناسب با وضعیت فرد ارائه گردد. ✚ برای افراد ساکن شهر: نظافت خانه می‌تواند مثال باشد، اما دوشیدن شیر معمول نیست.

	✚ برای افراد روستایی: دوشیدن شیر می تواند مثال مناسبی باشد. راهنمای ثبت مدت زمان فعالیت بدنی متوسط روزانه از فرد پرسیده شود که یک روز معمولی را به خاطر آورد و مشخص کند چند دقیقه را به فعالیت بدنی متوسط (افزایش متوسط ضربان قلب و تنفس) اختصاص داده است. ✚ فعالیت متوسط باید حداقل ۱۰ دقیقه طول کشیده باشد. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۳-۷ پرش کنید
۵-۳	چند روز در طول یک هفته معمولی در هنگام کار فعالیت بدنی با شدت متوسط دارید؟ روز (محدوده پاسخ قابل قبول ۱-۷ روز)
	راهنمای تعریف هفته معمولی و ثبت پاسخ ✚ منظور از هفته معمولی، هفته‌ای است که فعالیت فرد تحت تأثیر مراسم خاص (مذهبی، ملی یا فرهنگی مانند نوروز، عید فطر، قربان، عاشورا، اربعین و ...) قرار نگرفته باشد. ✚ مثال برای ثبت زمان: ✚ اگر فرد اعلام کرد دو بار در ماه فعالیت می کند — میانگین ۰.۵ بار در هفته. سپس از فرد پرسیده می شود هر بار چند ساعت بوده است. ✚ مثال: هر بار ۳ ساعت — مجموع ماهانه ۶ ساعت — میانگین ۱ ساعت و ۳۰ دقیقه در هفته. بنابراین، برای سوال تعداد دفعات هفتگی پاسخ ۱ و برای سوال مدت زمان هر بار پاسخ ۱ ساعت و ۳۰ دقیقه ثبت می شود
۶-۳	در یکی از آن روزها، هنگام کار چه مدت را به فعالیت بدنی با شدت متوسط گذرانده اید؟ ساعت (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۲۴ ساعت) دقیقه (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۵۹ دقیقه)
	✚ اگر زمان ذکر شده بیشتر از <u>میزان معمول (۴ ساعت) باشد</u>، لازم است مجدد با فرد چک شود که منظور دقیق فعالیت بدنی متوسط را درک کرده است و مدت زمان فعالیت بدنی متوسط در روز را به صورت حدودی درست گزارش کرده است . ✚ دقت در ثبت تعداد ساعتها و دقیقهها ضروری است. ✚ طول ساعت مدت فعالیت بدنی به ساعت و دقیقه می باشد. مثلاً فردی ۷:۳۰ دقیقه فعالیت می کند ۷ را در قسمت ساعت و ۳۰ را در قسمت دقیقه بنویسید.

✚ اگر فردی کمتر از یک ساعت فعالیت دارد در بخش ساعت عدد صفر و در بخش دقیقه عدد دقیقه را وارد کنید.

فعالیت بدنی حمل نقل

۷-۳	آیا از پیاده روی یا دوچرخه سواری که حداقل ۱۰ دقیقه به صورت مداوم طول کشیده باشد برای رفت و آمد هفتگی خود استفاده می کنید ؟	بلی ☐ خیر ☐
راهنمای ثبت فعالیت بدنی برای رفت و آمد ✚ یک هفته معمولی را در نظر بگیرید که تحت تأثیر رویداد خاصی نبوده است. ✚ فعالیت‌هایی مانند دوچرخه‌سواری یا پیاده‌روی برای تفریح مدنظر نیستند. ✚ فعالیت ثبت‌شده باید حداقل ۱۰ دقیقه به صورت مداوم انجام شده باشد. ✚ منظور از این سوال، فعالیت‌های رفت و آمد روزانه است و فعالیت‌های ورزشی، تفریحی یا شغلی در این بخش لحاظ نمی‌شوند. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۳-۱۰ پرش کنید		
۸-۳	چند روز در یک هفته معمولی، برای رفت و آمد، پیاده‌روی یا دوچرخه‌سواری که حداقل ۱۰ دقیقه به طور مداوم طول کشیده باشد، انجام داده اید ؟	روز (محدوده پاسخ قابل قبول ۱-۷ روز)
راهنمای ثبت تعداد روزها در هفته ✚ منظور از هفته معمولی، هفته‌ای است که شرکت‌کننده درگیر فعالیت‌های روزمره و معمول خود است.		
۹-۳	در یکی از آن روزها، برای رفت و آمد چه مدت پیاده‌روی یا دوچرخه‌سواری انجام داده اید؟	ساعت (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۲۴ ساعت) دقیقه (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۵۹ دقیقه)
راهنمای ثبت مدت زمان فعالیت رفت و آمد ✚ از شرکت‌کننده بخواهید یک روز معمولی که به راحتی به یاد می‌آورد را در نظر بگیرد. ✚ مشخص شود که چه مقدار زمان را صرف فعالیت‌های مرتبط با رفت و آمد کرده است. ✚ طول ساعت مدت فعالیت بدنی به ساعت و دقیقه می‌باشد. مثلاً فردی ۷:۳۰ دقیقه فعالیت می‌کند ۷ را در قسمت ساعت و ۳۰ را در قسمت دقیقه بنویسید. ✚ اگر فردی کمتر از یک ساعت فعالیت دارد در بخش ساعت عدد صفر و در بخش دقیقه عدد دقیقه را وارد کنید.		

فعالیت بدنی تفریحی		
۱۰-۳	آیا هیچگونه فعالیت ورزشی و تفریحی با شدت زیاد که حداقل ۱۰ دقیقه مداوم به طول انجامیده و تنفس و ضربان قلب شما را به شدت افزایش دهد (مثل بازی فوتبال و دویدن سریع، کوهنوردی، ورزش هوازی، شنای سریع) انجام می‌دهید؟	بلی ☐ خیر ☐
	راهنمای ثبت فعالیت ورزشی شدید ➤ دویدن روی تردمیل جزو این فعالیت‌ها محسوب می‌شود. ➤ فعالیت‌های شدید، فعالیت‌هایی هستند که منجر به افزایش شدید ضربان قلب و تنفس شوند. • در این سوال، منظور فعالیت ورزشی جدا از فعالیت‌های قبلی فرد است. ➤ فعالیت در محیط کار و رفت و آمد روزانه هدف این بخش نیست. ➤ مثال: دوچرخه‌سواری یا پیاده‌روی برای رفتن به محل کار جزو این بخش محسوب نمی‌شود. راهنمای ثبت مدت زمان فعالیت بدنی شدید روزانه از شرکت‌کننده بخواهید یک روز معمولی که به راحتی به یاد می‌آورد را در نظر بگیرد. ➤ فعالیت شدید باید حداقل ۱۰ دقیقه طول کشیده باشد. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۳-۱۳ پرش کنید	
۱۱-۳	در هفته معمولی، چند روز فعالیت ورزشی و تفریحی با شدت زیاد انجام داده اید ؟	روز (محدوده پاسخ قابل قبول ۱-۷ روز)
	➤ منظور از هفته معمولی، هفته‌ای است که شرکت‌کننده درگیر فعالیت‌های روزمره و معمول خود است.	
۱۲-۳	در یکی از آن روزها، چه مدت فعالیت ورزشی و تفریحی با شدت زیاد انجام داده اید؟	ساعت (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۲۴ ساعت) دقیقه (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۵۹ دقیقه)
	➤ اگر زمان ذکر شده بیشتر از میزان معمول (۴ ساعت) باشد، لازم است مجدد با فرد چک شود که منظور دقیق فعالیت بدنی شدید را درک کرده است و مدت زمان فعالیت بدنی شدید در روز را به صورت حدودی درست گزارش کرده است.	

	✚ دقت در ثبت تعداد ساعت‌ها و دقیقه‌ها ضروری است. ✚ طول ساعت مدت فعالیت بدنی به ساعت و دقیقه می باشد. مثلاً فردی ۷:۳۰ دقیقه فعالیت می کند ۷ را در قسمت ساعت و ۳۰ را در قسمت دقیقه بنویسید. ✚ اگر فردی کمتر از یک ساعت فعالیت دارد در بخش ساعت عدد صفر و در بخش دقیقه عدد دقیقه را وارد کنید.
۱۳-۳	آیا هیچگونه فعالیت ورزشی و تفریحی با شدت متوسط که حداقل ۱۰ دقیقه مداوم به طول انجامیده و تنفس و ضربان قلب شما را اندکی افزایش می دهد (مثل والیبال، شنا معمولی، دوچرخه سواری، یوگا، دویدن غیر سریع) انجام می‌دهید؟ بلی ☐ خیر ☐
	راهنمای فعالیت‌های شدید ✚ دویدن روی تردمیل جزو این فعالیت‌ها محسوب می‌شود. ✚ فعالیت‌هایی که فقط باعث افزایش خفیف ضربان قلب یا تنفس می‌شوند، جزو این دسته محسوب نمی‌شوند. راهنمای ثبت مدت زمان فعالیت رفت و آمد از شرکت‌کننده بخواهید یک روز معمولی که به راحتی به یاد می‌آورد را در نظر بگیرد. ✚ فعالیت متوسط باید حداقل ۱۰ دقیقه طول کشیده باشد. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۳-۱۶ پرش کنید
۱۴-۳	در هفته معمولی، چند روز فعالیت ورزشی و تفریحی با شدت متوسط انجام داده اید؟ روز (محدوده پاسخ قابل قبول ۱-۷ روز)
	منظور از هفته معمولی، هفته‌ای است که شرکت‌کننده درگیر فعالیت‌های روزمره و معمول خود است.
۱۵-۳	در یکی از آن روزها، چه مدت فعالیت ورزشی و تفریحی با شدت متوسط انجام داده اید؟ ساعت (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۲۴ ساعت) دقیقه (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۵۹ دقیقه)
	○ اگر زمان ذکر شده بیشتر از میزان معمول (۴ ساعت) باشد، لازم است مجدد با فرد چک شود که منظور دقیق فعالیت بدنی متوسط را درک کرده است و مدت زمان فعالیت بدنی متوسط در روز را به صورت حدودی درست گزارش کرده است.

	✚ دقت در ثبت تعداد ساعت‌ها و دقیقه‌ها ضروری است. ✚ طول ساعت مدت فعالیت بدنی به ساعت و دقیقه می باشد. مثلاً فردی ۷:۳۰ دقیقه فعالیت می کند ۷ را در قسمت ساعت و ۳۰ را در قسمت دقیقه بنویسید. ✚ اگر فردی کمتر از یک ساعت فعالیت دارد در بخش ساعت عدد صفر و در بخش دقیقه عدد دقیقه را وارد کنید.
زمان نشستن ۱۶-۳	در یک روز معمولی چه مدت زمان را به نشستن گذرانده اید؟ (مانند تماشا کردن تلویزیون، استفاده از کامپیوتر و موبایل و لپ تاپ و تبلت و نشستن با دوستان و آشنایان، بازی های نشستی، کتاب خواندن، نشستن در تاکسی و اتوبوس و قطار یا مترو) _____ ساعت (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۲۴ ساعت) _____ دقیقه (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۵۹ دقیقه)
	راهنمای ثبت مدت زمان نشستن ✚ از شرکت کننده بخواهید مدت زمانی را که در محیط کار، هنگام مطالعه، کار با کامپیوتر یا ساخت صنایع دستی صرف نشستن می کند بیان کند. ✚ توجه: ساعات خوابیدن شامل این زمان نمی شود. ✚ طول ساعت مدت نشستن به ساعت و دقیقه می باشد. مثلاً فردی ۷:۳۰ دقیقه می نشیند ۷ را در قسمت ساعت و ۳۰ را در قسمت دقیقه بنویسید. ✚ اگر فردی کمتر از یک ساعت می نشیند در بخش ساعت عدد صفر و در بخش دقیقه عدد دقیقه را وارد کنید.
دلایل فعالیت فیزیکی کم ۱۷-۳	به نظر شما کدامیک از موارد زیر باعث می شود نتوانید ورزش و فعالیت بدنی بیشتری انجام دهید؟ میزان ورزش و فعالیت بدنی من کافی است و نیازی به افزایش ندارد ☐ بیماری، درد، آسیب دیدگی، معلولیت، خستگی و یا شرایط جسمانی نامناسب نمی گذارد من ورزش و فعالیت بدنی انجام دهم ☐ به دلیل دغدغه های شغلی و ساعات کاری زیاد، فرصتی برای انجام ورزش و فعالیت بدنی ندارم ☐ به دلیل تعهد به خانه و خانواده خود، زمانی برای انجام ورزش و فعالیت بدنی ندارم ☐ اوقات فراغت خود را صرف فعالیت های نشستی مثل فضای مجازی، بازی های کامپیوتری، تماشای تلویزیون و ... می کنم ☐

به علت وضعیت اقتصادی نامناسب و هزینه های بالای ورزش و فعالیت بدنی قادر به انجام آنها نیستم ☐ مکان مناسب برای انجام ورزش و فعالیت بدنی مثل پارک، مسیر پیاده روی و دوچرخه سواری و اماکن ورزشی در نزدیکی من وجود ندارد ☐ مکان های مناسب برای انجام ورزش و فعالیت بدنی امن نیستند ☐ نمیدانم چگونه باید ورزش و فعالیت بدنی انجام دهم ☐ ورزش و فعالیت بدنی بی فایده است و انگیزه ای برای انجام آن ندارم ☐ باورهای اجتماعی و مسائل فرهنگی در سطح جامعه و اطرافیانم مانع از انجام ورزش و فعالیت بدنی میشود ☐ دوست و همراهی برای انجام ورزش و فعالیت بدنی ندارم ☐ آلودگی هوا و اقلیم نامناسب محیط مانع از انجام ورزش و فعالیت بدنی من میشود ☐ سایر ☐	
🚩 در این سوال امکان انتخاب چند گزینه وجود دارد.	

بخش چهار – استعمال دخانیات

توجه داشته باشید که سوالات مربوط به استعمال دخانیات از هر دو جنس زن و مرد پرسیده می شود و محدود به مردان نیست.

در پاسخ به سوالات این بخش، به مدت زمان ذکر شده در هر پرسش دقت شود.

مواد دخانی شامل موارد زیر است:

🚩 سیگار (هر نوع سیگار کارخانه ای یا دست پیچ، سیگار برگ)

🚩 قلیان

 پیپ  انواع تنباکوهای بدون دود (شامل جویدنی، انفیه‌ای یا مکیدنی مانند ناس و پان پراک)  سیگار الکترونیک سوالات این بخش در سه حوزه زمانی مطرح می‌شوند:  حال: کمتر از ۱۲ ماه گذشته  گذشته: بیش از ۱۲ ماه گذشته  قرارگیری در معرض دود فرد ثالث		
شماره	سوال	گزینه
۱-۴	آیا تاکنون مواد دخانی شامل سیگار (هر نوع سیگار کارخانه‌ای یا دست پیچ، سیگار برگ) یا قلیان یا پیپ/چپق یا انواع تنباکوهای بدون دود (شامل جویدنی، انفیه‌ای یا مکیدنی مثل ناس و پان پراک) و یا سیگار الکترونیک مصرف کرده اید؟	☐ بلی ☐ خیر
	منظور از "تا کنون" مصرف مواد دخانی در کل زندگی فرد می باشد. <u>معیار مصرف انواع مختلف دخانیات به صورت زیر می باشد:</u>  سیگار: ۱۰۰ نخ در کل زندگی  قلیان: ۱۰ بار  پیپ یا چپق: ۱۰ بار  انواع تنباکوهای بدون دود: ۱۰ بار  سیگار الکترونیک: ۱۰۰ بار  در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۴-۳۲ پرش کنید	
۲-۴	کدام یک از موارد زیر را تاکنون مصرف کرده اید؟	☐ سیگار ☐ قلیان ☐ پیپ/چپق انواع تنباکوهای بدون دود (شامل جویدنی، انفیه‌ای یا مکیدنی مثل ناس و پان پراک) ☐ سیگار الکترونیک

هر کدام را که در حال حاضر یا گذشته (طول عمر) با معیار مصرف زیر استفاده شده علامت بزنید <u>معیار مصرف انواع مختلف دخانیات به صورت زیر می باشد:</u> سیگار: ۱۰۰ نخ در کل زندگی قلیان: ۱۰ بار پیپ یا چپق: ۱۰ بار انواع تنباکوهای بدون دود: ۱۰ بار سیگار الکترونیک : ۱۰۰ بار	
بلی ☐ خیر ☐	۳-۴ آیا در طی ۱۲ ماه گذشته مواد دخانی مصرف کرده اید؟ مواد دخانی شامل سیگار (هر نوع سیگار کارخانه ای یا دست پیچ، سیگار برگ)، قلیان، پیپ یا انواع تنباکوهای بدون دود (شامل جویدنی، انفیه ای یا مکیدنی مثل ناس و پان پراک) می باشد.
سیگار ☐ قلیان ☐ پیپ/چپق ☐ انواع تنباکوهای بدون دود (شامل جویدنی، انفیه ای یا مکیدنی مثل ناس و پان پراک ☐ سیگار الکترونیک ☐	۴-۴ کدام یک از موارد زیر را در طی ۱۲ ماه گذشته مصرف کرده اید ؟ چه هر روز مصرف کرده باشد و چه گه گاهی، پاسخ این سوال بلی می باشد در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۴-۲۱ پرش کنید در صورتی که پاسخ سوال "بلی باشد" سوالات ۴-۴ الی ۴-۲۰ و سپس سوالات ۴-۳۲ الی ۴-۳۵ پرسیده شود.
در هر یک از انواع مواد دخانی زیر، ابتدا میزان مصرف روزانه پرسیده می شود. اگر فرد مقدار مصرف روزانه را نمی داند، به ترتیب ابتدا میزان مصرف هفتگی و در صورت عدم اطلاع، میزان مصرف ماهانه پرسیده می شود. به این ترتیب، تنها میزان مصرف در واحد زمانی ای که فرد دقیق بیان می کند ثبت می گردد. در صورتی که یکی از گزینه های روزانه، هفتگی یا ماهیانه انتخاب شود، سایر گزینه ها غیرفعال می گردند. حداکثر مصرف روزانه: سیگار: ۸۰ نخ یا ۴ پاکت	

❖ <u>قلیان: ۱۰ بار مصرف (هر بار مصرف، یک قلیان مستقل است و شامل دست به دست شدن نمی‌شود)</u>				
❖ امکان انتخاب چند گزینه وجود دارد				
۵-۴	در طی ۱۲ ماه گذشته چند نخ سیگار مصرف کرده اید ؟ (تنها یکی از گزینه ها تکمیل شود)			
❖ در صورتیکه گزینه سیگار در حال حاضر تیک بخورد این سوال پرسیده می شود				
۶-۴	در طی ۱۲ ماه گذشته چند بار قلیان مصرف کرده اید ؟ (تنها یکی از گزینه ها تکمیل شود)			
❖ در صورتیکه گزینه قلیان در حال حاضر تیک بخورد این سوال پرسیده می شود				
۷-۴	در طی ۱۲ ماه گذشته چند بار پیپ /چپق مصرف کرده اید ؟ (تنها یکی از گزینه ها تکمیل شود)			
❖ در صورتیکه گزینه پیپ/چپق در حال حاضر تیک بخورد این سوال پرسیده می شود				
۸-۴	در طی ۱۲ ماه گذشته چند بار انواع تنباکو بدون دود مصرف کرده اید ؟ (تنها یکی از گزینه ها تکمیل شود)			
❖ در صورتیکه گزینه تنباکو بدون دود در حال حاضر تیک بخورد این سوال پرسیده می شود				
۹-۴	در طی ۱۲ ماه گذشته چند بار سیگار الکترونیک مصرف کرده اید ؟ (تنها یکی از گزینه ها تکمیل شود)			
❖ در صورتیکه گزینه سیگار الکترونیک در حال حاضر تیک بخورد این سوال پرسیده می شود				
۱۰-۴	از چه سنی برای اولین بار مصرف سیگار را آغاز کرده اید؟			
❖ این سوال تنها از افرادی پرسیده می‌شود که در حال حاضر (۱۲ ماه گذشته) سیگار می‌کشند.				
❖ از فرد بپرسید که زمانی که مصرف دخانیات را آغاز کرد، دقیقا چند ساله بوده است. <u>محدوده پاسخ قابل قبول از ۵ سالگی تا سن فعلی فرد است.</u>				
❖ این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه "سیگار" در حال حاضر انتخاب شده باشد				
❖ اگر شرکت‌کننده سن خود را در زمان شروع مصرف سیگار به یاد نمی‌آورد، مدت زمان گذشته را بر حسب سال، ماه یا هفته (هر کدام که مناسب‌تر است) ثبت کنید، سپس خودتان سن شروع را محاسبه کرده و عدد محاسبه‌شده را در پرسشنامه ثبت نماید				

۱۱-۴	از چه سنی برای اولین بار مصرف قلیان را آغاز کرده اید؟	____ سال
	این سوال تنها از افرادی پرسیده می‌شود که در حال حاضر قلیان مصرف می‌کنند. از فرد بپرسید که زمانی که مصرف دخانیات را آغاز کرد، دقیقا چند ساله بوده است. <u>محدوده پاسخ قابل قبول از ۵ سالگی تا سن فعلی فرد است.</u> این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه "قلیان" در حال حاضر انتخاب شده باشد اگر شرکت‌کننده سن خود را در زمان شروع مصرف سیگار به یاد نمی‌آورد، مدت زمان گذشته را بر حسب سال، ماه یا هفته (هرکدام که مناسب‌تر است) ثبت کنید، سپس خودتان سن شروع را محاسبه کرده و عدد محاسبه‌شده را در پرسشنامه ثبت نماید	
۱۲-۴	از چه سنی برای اولین بار مصرف پیپ/چپق را آغاز کرده اید؟	____ سال
	این سوال تنها از افرادی پرسیده می‌شود که در حال حاضر پیپ/چپق مصرف می‌کنند. از فرد بپرسید که زمانی که مصرف دخانیات را آغاز کرد، دقیقا چند ساله بوده است. <u>محدوده پاسخ قابل قبول از ۵ سالگی تا سن فعلی فرد است.</u> این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه "پیپ/چپق" در حال حاضر انتخاب شده باشد. اگر شرکت‌کننده سن خود را در زمان شروع مصرف سیگار به یاد نمی‌آورد، مدت زمان گذشته را بر حسب سال، ماه یا هفته (هرکدام که مناسب‌تر است) ثبت کنید، سپس خودتان سن شروع را محاسبه کرده و عدد محاسبه‌شده را در پرسشنامه ثبت نماید	
۱۳-۴	از چه سنی برای اولین بار مصرف انواع تنباکو بدون دود (شامل جویدنی، انفیه‌ای یا مکیدنی مثل ناس و پان پراک) را آغاز کرده اید؟	____ سال
	این سوال تنها از افرادی پرسیده می‌شود که در حال حاضر تنباکوی بدون دود مصرف می‌کنند. از فرد بپرسید که زمانی که مصرف دخانیات را آغاز کرد، دقیقا چند ساله بوده است. <u>محدوده پاسخ قابل قبول از ۵ سالگی تا سن فعلی فرد است.</u> این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه "تنباکوی بدون دود" در حال حاضر انتخاب شده باشد. اگر شرکت‌کننده سن خود را در زمان شروع مصرف سیگار به یاد نمی‌آورد، مدت زمان گذشته را بر حسب سال، ماه یا هفته (هرکدام که مناسب‌تر است) ثبت کنید، سپس خودتان سن شروع را محاسبه کرده و عدد محاسبه‌شده را در پرسشنامه ثبت نماید	
۱۴-۴	از چه سنی برای اولین بار مصرف سیگار الکترونیک را آغاز کرده اید؟	____ سال
	این سوال تنها از افرادی پرسیده می‌شود که در حال حاضر سیگار الکترونیک مصرف می‌کنند.	

از فرد بپرسید که زمانی که مصرف دخانیات را آغاز کرد، دقیقا چند ساله بوده است. <u>محدوده پاسخ قابل قبول از ۵ سالگی تا سن فعلی فرد است.</u> این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه "سیگار الکترونیک" در حال حاضر انتخاب شده باشد. اگر شرکت‌کننده سن خود را در زمان شروع مصرف سیگار به یاد نمی‌آورد، مدت زمان گذشته را بر حسب سال، ماه یا هفته (هرکدام که مناسب‌تر است) ثبت کنید، سپس خودتان سن شروع را محاسبه کرده و عدد محاسبه‌شده را در پرسشنامه ثبت نمایید	در طی ۱۲ ماه گذشته آیا تلاشی برای ترک سیگار داشته اید ؟ بلی ☐ خیر ☐
این سوال ویژه مصرف‌کنندگان فعلی است. از فرد بخواهید تلاش‌هایی که در ۱۲ ماه اخیر برای ترک سیگار داشته است را ذکر کند. این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه "سیگار" در حال حاضر انتخاب شده باشد	در طی ۱۲ ماه گذشته آیا تلاشی برای ترک قلیان داشته اید ؟ بلی ☐ خیر ☐
این سوال ویژه مصرف‌کنندگان فعلی است. از فرد بخواهید تلاش‌هایی که در ۱۲ ماه اخیر برای ترک قلیان داشته است را ذکر کند. این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه "قلیان" در حال حاضر انتخاب شده باشد.	در طی ۱۲ ماه گذشته آیا تلاشی برای ترک پیپ/چپق داشته اید ؟ بلی ☐ خیر ☐
این سوال ویژه مصرف‌کنندگان فعلی است. از فرد بخواهید تلاش‌هایی که در ۱۲ ماه اخیر برای ترک پیپ /چپق داشته است را ذکر کند. این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه " پیپ /چپق" در حال حاضر انتخاب شده باشد.	در طی ۱۲ ماه گذشته آیا تلاشی برای ترک انواع تنباکوهای بدون دود (شامل جویدنی، انفیه‌ای یا مکیدنی مثل ناس و پان پراک) داشته اید ؟ بلی ☐ خیر ☐
این سوال ویژه مصرف‌کنندگان فعلی است. از فرد بخواهید تلاش‌هایی که در ۱۲ ماه اخیر برای ترک تنباکوهای بدون دود داشته است را ذکر کند. این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه " تنباکوهای بدون دود" در حال حاضر انتخاب شده باشد.	در طی ۱۲ ماه گذشته آیا تلاشی برای ترک سیگار الکترونیک داشته اید ؟ بلی ☐ خیر ☐
این سوال ویژه مصرف‌کنندگان فعلی است. از فرد بخواهید تلاش‌هایی که در ۱۲ ماه اخیر برای ترک سیگار الکترونیک داشته است را ذکر کند. این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه " سیگار الکترونیک" در حال حاضر انتخاب شده باشد.	

۲۰-۴	آیا طی ۱۲ ماه گذشته پزشک یا کارمند بهداشتی به شما توصیه کرده است که مصرف مواد دخانی را ترک کنید؟	بلی ☐ خیر ☐ طی ۱۲ ماه گذشته با پزشک یا کارمند بهداشتی ملاقات نداشته ام ☐
	از شرکت کننده بخواهید به ویزیت‌هایی که در ۱۲ ماه گذشته داشته است فکر کند. در صورتی که هیچ ویزیت پزشکی نداشته باشد، گزینه سوم را انتخاب کند.	
	در هر یک از انواع مواد دخانی زیر، ابتدا میزان مصرف روزانه در گذشته پرسیده می‌شود. اگر فرد مقدار مصرف روزانه را نمی‌داند، به ترتیب ابتدا میزان مصرف هفتگی و در صورت عدم اطلاع، میزان مصرف ماهانه در گذشته پرسیده می‌شود. به این ترتیب، تنها میزان مصرف در واحد زمانی‌ای که فرد دقیق بیان می‌کند ثبت می‌گردد. در صورتی که یکی از گزینه‌های روزانه، هفتگی یا ماهانه انتخاب شود، سایر گزینه‌ها غیرفعال می‌گردند. حداکثر مصرف روزانه: سیگار: ۸۰ نخ یا ۴ پاکت (محدوده پاسخ قابل قبول) قلیان: ۱۰ بار مصرف (هر بار مصرف، یک قلیان مستقل است و شامل دست به دست شدن نمی‌شود) (محدوده پاسخ قابل قبول)	
۲۱-۴	در گذشته چند نخ سیگار مصرف می‌کردید؟ (تنها یکی از گزینه‌ها تکمیل شود)	روزانه هفتگی ماهانه
۲۲-۴	در گذشته چند بار قلیان مصرف می‌کردید؟ (تنها یکی از گزینه‌ها تکمیل شود)	روزانه هفتگی ماهانه
۲۳-۴	در گذشته چند بار پیپ/چیپ مصرف می‌کردید؟ (تنها یکی از گزینه‌ها تکمیل شود)	روزانه هفتگی ماهانه
۲۴-۴	در گذشته چند بار انواع تنباکوهای بدون دود (شامل جویدنی، انفیه‌ای یا مکیدنی مثل ناس و پان پراک) مصرف می‌کردید؟ (تنها یکی از گزینه‌ها تکمیل شود)	روزانه هفتگی ماهانه
۲۵-۴	در گذشته چند بار سیگار الکترونیک مصرف می‌کردید؟ (تنها یکی از گزینه‌ها تکمیل شود)	روزانه هفتگی ماهانه
۲۶-۴	از چه سنی برای اولین بار مصرف سیگار را آغاز کرده اید؟	سال
	این سوال تنها از افرادی پرسیده می‌شود که در گذشته سیگار می‌کشیدند. از فرد بپرسید که زمانی که مصرف دخانیات را آغاز کرد، دقیقاً چند ساله بوده است. محدوده پاسخ قابل قبول از ۵ سالگی تا سن فعلی فرد است. این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه "سیگار در گذشته" انتخاب شده باشد و "سیگار در حال حاضر" انتخاب نشده باشد.	

✚ اگر شرکت کننده سن خود را در زمان شروع مصرف سیگار به یاد نمی آورد، مدت زمان گذشته را بر حسب سال، ماه یا هفته (هر کدام که مناسب تر است) ثبت کنید. سپس خودتان سن شروع را محاسبه کرده و عدد محاسبه شده را در پرسشنامه ثبت نماید	
از چه سنی برای اولین بار مصرف قلیان را آغاز کرده اید؟	۲۷-۴
✚ این سوال تنها از افرادی پرسیده می شود که در گذشته قلیان می کشیدند. ✚ از فرد بپرسید که زمانی که مصرف دخانیات را آغاز کرد، دقیقا چند ساله بوده است. <u>محدوده پاسخ قابل قبول از ۵ سالگی تا سن فعلی فرد است.</u> ✚ این سوال تنها در صورتی نمایش داده می شود که گزینه " قلیان در گذشته " انتخاب شده باشد و " قلیان در حال حاضر " انتخاب نشده باشد. ✚ اگر شرکت کننده سن خود را در زمان شروع مصرف سیگار به یاد نمی آورد، مدت زمان گذشته را بر حسب سال، ماه یا هفته (هر کدام که مناسب تر است) ثبت کنید. سپس خودتان سن شروع را محاسبه کرده و عدد محاسبه شده را در پرسشنامه ثبت نماید	
از چه سنی برای اولین بار مصرف پیپ/چپق را آغاز کرده اید؟	۲۸-۴
✚ این سوال تنها از افرادی پرسیده می شود که در گذشته پیپ/چپق می کشیدند. ✚ از فرد بپرسید که زمانی که مصرف دخانیات را آغاز کرد، دقیقا چند ساله بوده است. <u>محدوده پاسخ قابل قبول از ۵ سالگی تا سن فعلی فرد است.</u> ✚ این سوال تنها در صورتی نمایش داده می شود که گزینه " پیپ/چپق در گذشته " انتخاب شده باشد و " پیپ/چپق در حال حاضر " انتخاب نشده باشد. ✚ اگر شرکت کننده سن خود را در زمان شروع مصرف سیگار به یاد نمی آورد، مدت زمان گذشته را بر حسب سال، ماه یا هفته (هر کدام که مناسب تر است) ثبت کنید. سپس خودتان سن شروع را محاسبه کرده و عدد محاسبه شده را در پرسشنامه ثبت نماید	
از چه سنی برای اولین بار مصرف انواع تنباکو بدون دود (شامل جویدنی، انفیه ای یا مکیدنی مثل ناس و پان پراک) را آغاز کرده اید؟	۲۹-۴
✚ این سوال تنها از افرادی پرسیده می شود که در گذشته تنباکو بدون دود می کشیدند. ✚ از فرد بپرسید که زمانی که مصرف دخانیات را آغاز کرد، دقیقا چند ساله بوده است. <u>محدوده پاسخ قابل قبول از ۵ سالگی تا سن فعلی فرد است.</u> ✚ این سوال تنها در صورتی نمایش داده می شود که گزینه " تنباکو بدون دود " در گذشته انتخاب شده باشد و " تنباکو بدون دود " در حال حاضر انتخاب نشده باشد. ✚ اگر شرکت کننده سن خود را در زمان شروع مصرف سیگار به یاد نمی آورد، مدت زمان گذشته را بر حسب سال، ماه یا هفته (هر کدام که مناسب تر است) ثبت کنید. سپس خودتان سن شروع را محاسبه کرده و عدد محاسبه شده را در پرسشنامه ثبت نماید	

۳۰-۴	از چه سنی برای اولین بار مصرف سیگار الکترونیک را آغاز کرده اید؟ این سوال تنها از افرادی پرسیده می‌شود که در گذشته سیگار الکترونیک می‌کشیدند. از فرد بپرسید که زمانی که مصرف دخانیات را آغاز کرد، دقیقا چند ساله بوده است. <u>محدوده پاسخ قابل قبول از ۵ سالگی تا سن فعلی فرد است.</u> این سوال تنها در صورتی نمایش داده می‌شود که گزینه "سیگار الکترونیک در گذشته" انتخاب شده باشد و "سیگار الکترونیک در حال حاضر" انتخاب نشده باشد. اگر شرکت‌کننده سن خود را در زمان شروع مصرف سیگار به یاد نمی‌آورد، مدت زمان گذشته را بر حسب سال، ماه یا هفته (هرکدام که مناسب‌تر است) ثبت کنید، سپس خودتان سن شروع را محاسبه کرده و عدد محاسبه‌شده را در پرسشنامه ثبت نماید	سال
۳۱-۴	از چه سنی مواد دخانی را ترک کرده اید؟ از فرد بپرسید که زمانی که مصرف دخانیات را ترک کرده است، دقیقا چند ساله بوده است. <u>محدوده پاسخ قابل قبول از ۵ سالگی تا سن فعلی فرد است.</u> اگر شرکت‌کننده سن خود را در زمان ترک مصرف دخانیات به یاد نمی‌آورد، مدت زمان گذشته را بر حسب سال، ماه یا هفته (هرکدام که مناسب‌تر است) ثبت کنید، سپس خودتان سن شروع را محاسبه کرده و عدد محاسبه‌شده را در پرسشنامه ثبت نماید	سال
۳۲-۴	آیا در ۳۰ روز گذشته فردی در خانه شما در حضورتان مواد دخانی دود را مصرف کرده است؟ منظور از پرسیدن این سوال کسب اطلاعات در خصوص استعمال دخانیات دست دوم (Passive smoking) است. لطفا توجه شود که سوال مربوط به ۳۰ روز گذشته است. شرکت‌کننده جهت پاسخ دهی به این سوال فقط باید به سایر افراد فکر کند و ربطی به خود این فرد ندارد. همچنین منظور فقط مناطق سر بسته خانه است. <u>این سؤال باید از تمام افراد پرسیده شود؛ تفاوتی ندارد که خود فرد در گذشته یا در حال حاضر سیگار مواد دخانی مصرف می‌کند یا خیر و باید با در نظر گرفتن دیگران پاسخ دهد.</u>	بلی ☐ خیر ☐
۳۳-۴	آیا در ۳۰ روز گذشته فردی در محل کار شما (محیط سر بسته) در حضورتان مواد دخانی دود را مصرف کرده است؟ منظور از پرسیدن این سوال کسب اطلاعات در خصوص استعمال دخانیات دست دوم (Passive smoking) است. لطفا توجه شود که سوال مربوط به ۳۰ روز گذشته است.	بلی ☐ خیر ☐ شاغل نیستم ☐

این سؤال باید از تمام افرادی که در محیط سر بسته کار می کنند پرسیده شود؛ تفاوتی ندارد که خود فرد در گذشته یا در حال حاضر سیگار مواد دخانی مصرف می کند یا خیر و باید با در نظر گرفتن دیگران پاسخ دهد شرکت کننده جهت پاسخ دهی به این سوال فقط باید به سایر افراد فکر کند و ربطی به خود این فرد ندارد.			
آیا در طی ۱۲ ماه گذشته به تبلیغات مستقیم استفاده از سیگار برخورد کرده اید ؟	بلی ☐ خیر ☐	۳۴-۴	
این نوع تبلیغ ها به شکل واضح برند و محصول سیگار را معرفی می کنند: پوسترها و بیلبردهای تبلیغاتی سیگار در محیط های عمومی تبلیغات در مجلات، روزنامه ها و بروشورها بسته بندی جذاب با لوگو و شعار تبلیغاتی			
آیا در طی ۱۲ ماه گذشته به تبلیغات غیر مستقیم استفاده از سیگار برخورد کرده اید ؟	بلی ☐ خیر ☐	۳۵-۴	
این نوع تبلیغ ها مستقیم محصول را نشان نمی دهند ولی برند یا پیام مرتبط با آن را منتقل می کنند: حمایت مالی یا اسپانسرینگ رویدادهای ورزشی، کنسرت یا جشن ها توسط شرکت های دخانی استفاده از لوگو یا نام برند روی لباس، کلاه، یا لوازم جانبی فیلم ها، سریال ها یا کلیپ ها که شخصیت ها سیگار می کشند مسابقات، قرعه کشی ها و کمپین های فرهنگی که نام برند دخانی در آن ظاهر می شود			

بخش پنج - خواب

شماره	سوال	گزینه
آپنه انسدادی خواب		
۱-۵	آیا تا به حال به شما گفته اند که با صدای بلند خرخر می کنید؟	بلی ☐ خیر ☐ در افاق تنها می خوابم ☐

✚ سوال باید به صورت غیرقضاوتی پرسیده شود (مثلاً "آیا تا به حال گفته‌اند") ✚ اگر بیمار تنها زندگی می‌کند و کسی او را هنگام خواب ندیده، گزینه در اتاق تنها می‌خواهم تیک زده شود		
آیا اغلب در طی روز احساس خستگی یا خواب آلودگی می‌کنید؟	بلی ☐ خیر ☐	۲-۵
آیا تا به حال کسی به شما گفته است که نفستان در طی خواب قطع می‌شود؟	بلی ☐ خیر ☐ در اتاق تنها می‌خواهم ☐	۳-۵
✚ سوالات باید به صورت غیرقضاوتی پرسیده شود (مثلاً "آیا تا به حال گفته‌اند") ✚ اگر بیمار تنها زندگی می‌کند و کسی او را هنگام خواب ندیده، گزینه در اتاق تنها می‌خواهم تیک زده شود		
طول مدت خواب		
آیا هر روز در محدوده ساعتی یکسان به خواب می‌روید و از خواب بیدار می‌شوید؟	همیشه ☐ اغلب ☐ گاهی اوقات ☐ به ندرت ☐ هرگز ☐	۴-۵
به طور متوسط در طول شب چقدر می‌خوابید؟	_____ ساعت (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۲۴ ساعت) _____ دقیقه (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۵۹ دقیقه)	۵-۵
✚ طول ساعت خواب هم به ساعت و دقیقه باشد. مثلاً فردی ۷:۳۰ دقیقه می‌خوابد ۷ را در قسمت ساعت و ۳۰ را در قسمت دقیقه بنویسید. ✚ اگر فردی در طول شب به طور معمول نمی‌خوابد عدد صفر را وارد کنید		
به طور متوسط در طول روز چقدر می‌خوابید؟	_____ ساعت (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۲۴ ساعت) _____ دقیقه (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۵۹ دقیقه)	۶-۵
✚ طول ساعت خواب هم به ساعت و دقیقه باشد. مثلاً فردی ۷:۳۰ دقیقه می‌خوابد ۷ را در قسمت ساعت و ۳۰ را در قسمت دقیقه بنویسید. ✚ اگر فردی در طول روز به طور معمول نمی‌خوابد عدد صفر را وارد کنید		
به طور کلی به کیفیت خواب خود چه نمره ای می‌دهید؟ (از صفر تا ده نمره بدهید)	_____ نمره (محدوده پاسخ قابل قبول ۰-۱۰ نمره)	۷-۵
✚ از فرد بخواهید عددی بین صفر تا ده را انتخاب کند		

بخش شش – سابقه فشار خون بالا

شماره	سوال	گزینه
۱-۶	آیا تاکنون پزشک یا کارمند بهداشتی درمانی، فشار خون شما را اندازه گیری کرده است ؟	بلی ☐ خیر ☐
	منظور از "تاکنون"، کل زندگی فرد است. فقط مواردی را ثبت کنید که توسط پزشک یا کارمند بهداشتی اندازه گیری انجام شده باشد. توجه: کلیه کادر بهداشت و درمان جزو کارمندان بهداشتی محسوب می‌شوند. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۱۰-۶ پرش کنید	
۲-۶	آیا پزشک یا کارمند بهداشتی درمانی به شما گفته است که فشار خونتان بالاست یا بیماری فشار خون بالا دارید؟	بلی، قبل از ۱۲ ماه گذشته ☐ بلی، در طی ۱۲ ماه گذشته ☐ خیر ☐
	فقط برای افرادی که تشخیص فشار خون برای آنها توسط پزشک یا کارمند بهداشتی گذاشته اند این سوال تکمیل گردد منظور از "در طی ۱۲ ماه گذشته" تشخیص برای اولین بار در یکسال اخیر است در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۱۰-۶ پرش کنید	
۳-۶	آیا تاکنون پزشک به علت فشار خون بالا برای شما دارو تجویز کرده است ؟	بلی ☐ خیر ☐
	فقط داروهایی که برای فشار خون بالا توسط پزشک یا کارمندان بهداشتی تجویز شده است را در نظر داشته باشید. در صورتی که پاسخ سوال "بلی" باشد، به سوال ۵-۶ پرش کنید در صورتی که پاسخ سوال ۲-۶ "بلی قبل از ۱۲ ماه گذشته" و پاسخ سوال ۳-۶ "خیر" بوده باشد، به سوال ۸-۶ پرش کنید در صورتی که پاسخ سوال ۲-۶ "بلی در طی ۱۲ ماه گذشته" و پاسخ سوال ۳-۶ "خیر" بوده باشد، سوال ۴-۶ پرسیده شود و سپس به سوال ۸-۶ پرش کنید	

۴-۶	در صورتی که تشخیص فشار خون بالا در طی ۱۲ ماه گذشته داده شده است اما دارویی برای شما تجویز نشده، دلیل آن چه بوده است؟	به تشخیص پزشک، نیازی به درمان دارویی نداشتیم و اصلاح سبک زندگی (مانند رژیم غذایی، فعالیت بدنی و کاهش وزن) به من توصیه شد ☐ تمایل به تجویز دارو نداشتیم ☐ نمی دانم ☐
	➤ در این سوال امکان انتخاب چند گزینه وجود دارد. ➤ در صورتی که گزینه نمی دانم تیک زده شود سایر گزینه ها غیر فعال می شود	
۵-۶	آیا در حال حاضر برای کنترل فشارخون بالای خود دارو مصرف می کنید؟	بلی ☐ خیر ☐
	➤ منظور از "حال حاضر" ۲ هفته اخیر می باشد. فقط داروهایی که برای فشار خون بالا توسط پزشک یا کارمندان بهداشتی تجویز شده است را در نظر داشته باشید. ➤ در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۶-۸ پرش کنید	
۶-۶	آیا در حال حاضر، به صورت منظم داروهای تجویز شده را مطابق دستور پزشک مصرف می کنید؟	بلی، همیشه ☐ بلی، اغلب مواقع ☐ بلی، گاهی ☐ بلی، به ندرت ☐ هرگز/خیر ☐
	➤ منظور از "حال حاضر" ۲ هفته اخیر می باشد. فقط داروهایی که برای فشار خون بالا توسط پزشک یا کارمندان بهداشتی تجویز شده است را در نظر داشته باشید. ➤ در صورتی که پاسخ "بلی، همیشه"، "بلی، اغلب مواقع" باشد، به سوال ۶-۸ پرش کنید	
۷-۶	دلیل اصلی مصرف نکردن منظم داروها چیست؟	مصرف دارو را فراموش می کنم ☐ تعداد یا زمان مصرف داروها برای من پیچیده است ☐ به نظرم مصرف منظم دارو اهمیتی ندارد ☐ دارویم تمام می شود و نسخه را تمدید نمی کنم ☐ هزینه دارو برای من گران است ☐ دارو برای من در دسترس نیست ☐ احساس بهبودی دارم یا علامتی ندارم ☐ تمایل دارم از داروهای گیاهی یا طب سنتی استفاده کنم ☐ دارو برایم عوارض جانبی ایجاد می کند ☐ به توصیه اطرافیان مصرف دارو را قطع کردم ☐
	➤ لطفاً فقط یک گزینه را انتخاب کنید که به نظر شما مهم ترین دلیل مصرف نکردن منظم داروها در ۲ هفته اخیر بوده است.	
۸-۶	از چه سنی فشارخون بالا برای شما تشخیص داده شده است؟	____ سال
	➤ در صورتی که فرد سن دقیق را به خاطر نمی آورد می توانید بپرسید چند سال یا ماه قبل بوده است و خودتان عدد سن را محاسبه و در نرم افزار وارد کنید	
۹-۶	آیا شما در حال حاضر داروی سنتی یا گیاهی برای کنترل فشار خون بالای خود مصرف می نمایید؟	بلی ☐ خیر ☐

	منظور از "حال حاضر" ۲ هفته اخیر می باشد.
۱۰-۶	آیا در منزل وسیله اندازه گیری فشارخون (فشارسنج) سالم دارید؟ بلی ☐ خیر ☐
	برای شرکت کننده در مورد دستگاه فشار سنج توضیح داده شود. در صورت خرابی فشار سنج پاسخ این سوال خیر می باشد.
۱۱-۶	آیا هیچ یک از بستگان درجه یک شما (پدر، مادر، برادر، خواهر) فشار خون بالا داشته اند؟ بلی ☐ خیر ☐ نمی دانم ☐

بخش هفت – سابقه دیابت

شماره	سوال	گزینه
۱-۷	آیا تاکنون قند خون شما به توصیه پزشک یا کارمند بهداشتی درمانی، اندازه گیری شده است؟	بلی ☐ خیر ☐
	منظور از "تا کنون"، کل زندگی فرد است. فقط مواردی را ثبت کنید که تحت توصیه یا اندازه گیری توسط پزشک یا کارمند بهداشتی انجام شده باشد. توجه: کلیه کادر بهداشت و درمان جزو کارمندان بهداشتی محسوب می شوند. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۷-۱۰ پرش کنید	
۲-۷	آیا پزشک یا یک کارمند بهداشتی درمانی به شما گفته است که قند خونتان بالاست یا دیابت دارید؟	بلی، قبل از ۱۲ ماه گذشته ☐ بلی، در طی ۱۲ ماه گذشته ☐ خیر ☐
	فقط برای افرادی که تشخیص قند خون بالا برای آنها توسط پزشک یا کارمند بهداشتی گذاشته اند این سوال تکمیل گردد. منظور از "در طی ۱۲ ماه گذشته" تشخیص برای اولین بار در یکسال اخیر است در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۷-۱۰ پرش کنید	

بلی، داروی خوراکی ☐ بلی، داروی تزریقی انسولین ☐ بلی، داروهای تزریقی GLP-1 ☐ خیر ☐	آیا تاکنون پزشک به علت قند خون بالا برای شما دارو (شامل داروهای خوراکی یا تزریقی) تجویز کرده است؟
فقط داروهایی که برای قند خون بالا توسط پزشک یا کارمندان بهداشتی تجویز شده است را در نظر داشته باشید در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد در صورتی که پاسخ سوال "بلی، داروی خوراکی"، "بلی، داروی تزریقی انسولین"، "بلی، داروهای تزریقی GLP-1" باشد، سوال ۷-۵ پرسیده شود در صورتی که پاسخ سوال ۷-۲ "بلی قبل از ۱۲ ماه گذشته" و پاسخ سوال ۷-۳ "خیر" بوده باشد، به سوال ۷-۸ پرش کنید در صورتی که پاسخ سوال ۷-۲ "بلی در طی ۱۲ ماه گذشته" و پاسخ سوال ۷-۳ "خیر" بوده باشد، سوال ۷-۴ پرسیده شود و سپس به سوال ۷-۸ پرش کنید داروهای تزریقی GLP-1 شامل [ویکتوزا، ساکسندا، ملیتاید، ماسیزا، ویکیتاید، نوونوردیسک اوزمپیک، ویتان فارمد سویما، کوبل ولوریتا، لیکساند+آسپارت، اسپارتینا، لانپسا، تیرزپاتاید] می باشد در صورتی که فرد منظور از داروی تزریقی GLP1 یا ترکیبی را متوجه نمی شود از او بخواهید داروهای تزریقی خود را بیاورد	
به تشخیص پزشک، نیازی به درمان دارویی نداشتن و اصلاح سبک زندگی (مانند رژیم غذایی، فعالیت بدنی و کاهش وزن) به من توصیه شد ☐ تمایل به تجویز دارو نداشتن ☐ نمی دانم ☐	در صورتی که تشخیص قند خون بالا در طی ۱۲ ماه گذشته داده شده است اما دارویی برای شما تجویز نشده، دلیل آن چه بوده است؟
در این سوال امکان انتخاب چند گزینه وجود دارد. در صورتی که گزینه نمی دانم تیک زده شود سایر گزینه ها غیر فعال می شود	
بلی ☐ خیر ☐	آیا در حال حاضر به علت دیابت یا قند خون بالا، داروی کاهش قند خون (شامل خوراکی یا تزریقی) مصرف می کنید؟
منظور از "حال حاضر" ۲ هفته اخیر می باشد. فقط داروهایی که برای قند خون بالا توسط پزشک یا کارمندان بهداشتی تجویز شده است را در نظر داشته باشید در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۷-۸ پرش کنید	
بلی، همیشه ☐ بلی، اغلب مواقع ☐ بلی، گاهی ☐ بلی، به ندرت ☐ هرگز/خیر ☐	آیا در حال حاضر، به صورت منظم داروهای تجویز شده را مطابق دستور پزشک مصرف می کنید؟
منظور از "حال حاضر" ۲ هفته اخیر می باشد. فقط داروهایی که برای قند خون بالا توسط پزشک یا کارمندان بهداشتی تجویز شده است را در نظر داشته باشید.	

🚩 در صورتی که پاسخ "بلی، همیشه"، "بلی، اغلب مواقع" باشد، به سوال ۷-۸ پرش کنید

۷-۷	دلیل اصلی مصرف نکردن منظم داروها چیست؟	مصرف دارو را فراموش می‌کنم ☐ تعداد یا زمان مصرف داروها برای من پیچیده است ☐ به نظرم مصرف منظم دارو اهمیتی ندارد ☐ دارویم تمام می‌شود و نسخه را تمدید نمی‌کنم ☐ هزینه دارو برای من گران است ☐ دارو برای من در دسترس نیست ☐ احساس بهبودی دارم یا علامتی ندارم ☐ تمایل دارم از داروهای گیاهی یا طب سنتی استفاده کنم ☐ دارو برایم عوارض جانبی ایجاد می‌کند ☐ به توصیه اطرافیان مصرف دارو را قطع کردم ☐ تمایل به استفاده از داروهای تزریقی ندارم ☐
	🚩 لطفاً فقط یک گزینه را انتخاب کنید که به نظر شما مهم‌ترین دلیل مصرف نکردن منظم داروها در ۲ هفته اخیر بوده است.	
۸-۷	از چه سنی دیابت برای شما تشخیص داده شده است؟	_____ سال
	🚩 در صورتی که فرد سن دقیق را به خاطر نمی‌آورد می‌توانید بپرسید چند سال یا ماه قبل بوده است و خودتان عدد سن را محاسبه و در نرم افزار وارد کنید	
۹-۷	آیا شما در حال حاضر داروی سنتی یا گیاهی برای کنترل قند خون بالای خود مصرف می‌نمایید؟	بلی ☐ خیر ☐
	منظور از "حال حاضر" ۲ هفته اخیر می‌باشد.	
۱۰-۷	آیا در منزل وسیله اندازه گیری قند خون (گلوکومتر) سالم دارید؟	بلی ☐ خیر ☐
	🚩 برای شرکت کننده در مورد گلوکومتر توضیح داده شود. 🚩 در صورت خرابی گلوکومتر پاسخ این سوال خیر می‌باشد.	
۱۱-۷	آیا هیچ یک از بستگان درجه یک شما (پدر، مادر، برادر، خواهر) دیابت قندی داشته اند؟	بلی ☐ خیر ☐ نمی‌دانم ☐

بخش هشت – چاقی

شماره	سوال	گزینه
۱-۸	به نظر شما وضعیت وزن فعلی تان چگونه است؟	کم وزن ☐ وزن طبیعی ☐ اضافه وزن ☐ چاق ☐ نمی دانم ☐
۲-۸	آیا به نظر شما برای کنترل وزن خود نیاز به اقدامی دارید؟	بلی ☐ خیر ☐ مطمئن نیستم ☐
۳-۸	آیا تاکنون برای کنترل وزن خود اقدامی انجام داده اید؟	بلی ☐ خیر ☐
	در صورتی که پاسخ سوال "بلی" باشد، سوال ۴-۸ پرسیده شود	
۴-۸	کدام یک از اقدامات زیر را انجام داده اید؟	رژیم غذایی ☐ ورزش منظم ☐ داروهای تزریقی GLP-1 ☐ سایر داروهای کاهش وزن و کنترل اشتها ☐ مصرف دارو بر اساس تبلیغات یا به توصیه دیگران (بدون تجویز پزشک) ☐ داروهای طب سنتی ☐ جراحی چاقی (اسلیو، بای پس) ☐ خارج سازی چربی از بدن (لیپوساکشن)/پیکر تراشی ☐ بالون معده ☐
	در این سوال امکان انتخاب چند گزینه وجود دارد. داروهای تزریقی GLP-1 شامل [اویکتوزا، ساکسندا، ملیتاید، ماسیزا، ویکتاید، نوونوردیسک اوزمپیک، ویتان فارمد سویما، کوبل ولوریتا، لیکساند+آسپارت، اسپارتینا، لانیسا، ترزپتاید] می باشد در صورتی که فرد منظور از داروی تزریقی GLP1 متوجه نمی شود از او بخواهید داروهای تزریقی خود را بیاورد داروهای اورلیستات (زنیکال)، فن ترمین-توپیرامات و نالترکسون-بوپروپیون برای کاهش وزن و کنترل اشتها مورد استفاده قرار می گیرند.	

بخش نه – سابقه کلسترول تام بالا

شماره	سوال	گزینه
۱-۹	آیا تاکنون کلسترول خون شما به توصیه پزشک یا کارمند بهداشتی درمانی، اندازه گیری شده است؟	بلی ☐ خیر ☐
	✚ منظور از "تاکنون"، کل زندگی فرد است. ✚ فقط مواردی را ثبت کنید که تحت توصیه یا اندازه گیری توسط پزشک یا کارمند بهداشتی انجام شده باشد. ✚ توجه: کلیه کادر بهداشت و درمان جزو کارمندان بهداشتی محسوب می شوند. ✚ در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۹-۹ پرش کنید	
۲-۹	آیا پزشک یا یک کارمند بهداشتی درمانی به شما گفته است که کلسترول خونتان بالاست؟	بلی، قبل از ۱۲ ماه گذشته ☐ بلی، در طی ۱۲ ماه گذشته ☐ خیر ☐
	✚ فقط برای افرادی که تشخیص کلسترول خون بالا برای آنها توسط پزشک یا کارمند بهداشتی گذاشته اند این سوال تکمیل گردد. ✚ منظور از "در طی ۱۲ ماه گذشته" تشخیص برای اولین بار در یکسال اخیر است ✚ در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۹-۹ پرش کنید	
۳-۹	آیا تاکنون پزشک به علت کلسترول خون بالا برای شما داروی خوراکی تجویز کرده است؟	بلی ☐ خیر ☐
	✚ فقط داروهایی که برای کلسترول خون بالا توسط پزشک یا کارمندان بهداشتی تجویز شده است را در نظر داشته باشید. ✚ در صورتی که پاسخ سوال "بلی" باشد، به سوال ۵-۹ پرش کنید ✚ در صورتی که پاسخ سوال ۲-۹ "بلی قبل از ۱۲ ماه گذشته" و پاسخ سوال ۳-۹ "خیر" بوده باشد، به سوال ۸-۹ پرش کنید ✚ در صورتی که پاسخ سوال ۲-۹ "بلی در طی ۱۲ ماه گذشته" و پاسخ سوال ۳-۹ "خیر" بوده باشد، سوال ۴-۹ و سپس به سوال ۸-۹ پرش کنید	
۴-۹	در صورتی که تشخیص کلسترول خون بالا در طی ۱۲ ماه گذشته داده شده است اما دارویی برای شما تجویز نشده، دلیل آن چه بوده است؟	به تشخیص پزشک، نیازی به درمان دارویی نداشتم و اصلاح سبک زندگی (مانند رژیم غذایی، فعالیت بدنی و کاهش وزن) به من توصیه شد ☐ تمایل به تجویز دارو نداشتم ☐ نمی دانم ☐
	✚ در این سوال امکان انتخاب چند گزینه وجود دارد.	

✚ در صورتی که گزینه نمی دانم تیک زده شود سایر گزینه ها غیر فعال می شود	
۵-۹	آیا در حال حاضر به علت کلسترول خون بالا داروی خوراکی مصرف کرده اید؟ بلی ☐ خیر ☐
	✚ منظور از "حال حاضر" ۲ هفته اخیر می باشد. فقط داروهایی که برای کلسترول خون بالا توسط پزشک یا کارمندان بهداشتی تجویز شده است را در نظر داشته باشید. ✚ در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۸-۹ پرش کنید
۶-۹	آیا در حال حاضر، به صورت منظم داروهای تجویز شده را مطابق دستور پزشک مصرف می کنید؟ بلی، همیشه ☐ بلی، اغلب مواقع ☐ بلی، گاهی ☐ بلی، به ندرت ☐ هرگز/خیر ☐
	✚ منظور از "حال حاضر" ۲ هفته اخیر می باشد. فقط داروهایی که برای کلسترول خون بالا توسط پزشک یا کارمندان بهداشتی تجویز شده است را در نظر داشته باشید. ✚ در صورتی که پاسخ "بلی، همیشه"، "بلی، اغلب مواقع" باشد، به سوال ۸-۹ پرش کنید
۷-۹	دلیل اصلی مصرف نکردن منظم داروها چیست؟ مصرف دارو را فراموش می کنم ☐ تعداد یا زمان مصرف داروها برای من پیچیده است ☐ به نظرم مصرف منظم دارو اهمیتی ندارد ☐ دارویم تمام می شود و نسخه را تمدید نمی کنم ☐ هزینه دارو برای من گران است ☐ دارو برای من در دسترس نیست ☐ احساس بهبودی دارم یا علامتی ندارم ☐ تمایل دارم از داروهای گیاهی یا طب سنتی استفاده کنم ☐ دارو برایم عوارض جانبی ایجاد می کند ☐ به توصیه اطرافیان مصرف دارو را قطع کردم ☐
	✚ لطفاً فقط یک گزینه را انتخاب کنید که به نظر شما <u>مهم ترین دلیل مصرف نکردن منظم داروها در ۲ هفته اخیر</u> بوده است.
۸-۹	آیا شما در حال حاضر داروی سنتی یا گیاهی برای کنترل کلسترول خون بالای خود مصرف می نمایید؟ بلی ☐ خیر ☐
	✚ منظور از در حال حاضر دو هفته اخیر می باشد.
۹-۹	آیا هیچ یک از بستگان درجه یک شما (پدر، مادر، برادر، خواهر) کلسترول خون بالا داشته اند؟ بلی ☐ خیر ☐ نمی دانم ☐

بخش ده - سابقه بیماریهای قلبی عروقی

شماره	سوال	گزینه
۱-۱۰	آیا پزشک یا کارمند بهداشتی درمانی به شما گفته است که دچار سکته قلبی و آنژین صدری شده اید؟ و یا مداخلات پزشکی همانند تحت عمل جراحی بای پس (تعویض عروق قلبی)، آنژیوپلاستی (بالون)، استنت (فنر) را داشته اید؟	بلی، قبل از ۱۲ ماه گذشته ☐ بلی، در طی ۱۲ ماه گذشته ☐ خیر ☐
	✚ آنژین صدری: مشکلات عروق قلب که در آن گرفتگی عروق وجود دارد ولی هنوز منجر به سکته قلبی نشده و خود را به شکل درد در قفسه سینه در زمان فعالیت شدید نشان می دهد و البته باید حتما پزشک به فرد گفته باشد که آنژین صدری دارد. ✚ همچنین، در صورتی که فرد به دلیل مشکلات قلبی در بخش مراقبت های ویژه قلب (CCU) بستری شده است، این مورد نیز به عنوان سابقه بیماری قلبی محسوب می شود.	
۲-۱۰	آیا پزشک یا کارمند بهداشتی درمانی به شما گفته است که دچار سکته مغزی شده اید؟	بلی، قبل از ۱۲ ماه گذشته ☐ بلی، در طی ۱۲ ماه گذشته ☐ خیر ☐
	✚ علائم اصلی سکته مغزی عبارتند از: ضعف یا کرختی غالباً یک طرفه صورت (یک طرف صورت دچار افتادگی شود و لبخند زدن دشوار باشد)، ضعف یا کرختی در بازوها یا پاها (به دلیل ضعف یا بی حسی در یکی از بازوها/پاها فرد نتواند هر دو دست/پا را به طور کامل بالا ببرد و در همان حالت نگه دارد)، اختلال در تکلم (فرد کلمات را نامفهوم ادا کند یا گفتار گیج کننده به نظر برسد یا دشواری در پیدا کردن کلمات مناسب داشته باشد یا نتواند صحبت کند). از دیگر علائم می توان به تاری دید یا از دست دادن بینایی در یک یا هر دو چشم، گیجی و اختلال در حافظه، احساس سرگیجه یا زمین خوردن، سردرد شدید و حالت تهوع یا استفراغ اشاره کرد. ✚ - منظور از سکته مغزی در این سؤال، سکته مغزی ایسکمیک (بدون خونریزی مغزی) یا هموراژیک (با خونریزی مغزی) است که تشخیص آن توسط پزشک یا کارمند بهداشتی درمانی اعلام شده باشد. ✚ در صورت سکته مغزی ایسکمیک، فرد معمولاً در طی بستری داروهای حل کننده یا تجزیه کننده لخته (ترومبولیتیک ها) دریافت کرده است. ✚ در صورت سکته مغزی هموراژیک، فرد در بخش مراقبت های ویژه (ICU) یا بخش سکته مغزی تحت نظر بوده و ممکن است تحت عمل جراحی مغز نیز قرار گرفته باشد. ⚠ توجه: خونریزی مغزی ناشی از حوادث، تصادفات یا ضربه به سر (تروما) در این سؤال مدنظر نمی باشد. ✚ در صورتی که پاسخ سوالات ۱-۱۰ و ۲-۱۰ "خیر" باشد، به سوال ۴-۱۰ پرش کنید	

۳-۱۰	آیا از خدمات بازتوانی قلبی بعد از سکته قلبی یا از خدمات توانبخشی و فیزیوتراپی بعد از سکته مغزی استفاده کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐
	منظور از خدمات توانبخشی، مجموعه اقداماتی مانند بازتوانی قلبی پس از سکته قلبی و درمان مشکلات حرکتی، عضلانی، گفتاری یا عملکردی پس از سکته مغزی یا قلبی است که شامل فیزیوتراپی، کاردرمانی، گفتاردرمانی و تمرینات حرکتی می‌شود.	
۴-۱۰	آیا در حال حاضر، برای پیشگیری یا درمان بیماری قلبی استاتین (آترواستاتین، رزوو استاتین، لوستاتین، سیمواستاتین، و سایر استاتین‌ها) مصرف می‌کنید؟	بلی ☐ خیر ☐
	منظور از حال حاضر دو هفته اخیر می‌باشد و مصرف مرتب و روزانه دارو مورد نظر می‌باشد اگر فرد در خصوص خوردن مصرف استاتین مطمئن نیست از او بخواهید سبد دارویی خود را بیاورد	
۵-۱۰	آیا در حال حاضر، برای پیشگیری یا درمان بیماری قلبی آسپرین مصرف می‌کنید؟	بلی ☐ خیر ☐
	منظور از حال حاضر دو هفته اخیر می‌باشد و مصرف مرتب و روزانه دارو مورد نظر می‌باشد. اگر فرد در خصوص خوردن مصرف آسپرین مطمئن نیست از او بخواهید سبد دارویی خود را بیاورد	
	در صورتی که پاسخ سوال ۴-۱۰ و ۵-۱۰ "خیر" باشد، سوال ۸-۱۰ پرسیده شود	
۶-۱۰	آیا در حال حاضر، به صورت منظم داروهای تجویز شده (آسپرین یا استاتین) را مطابق دستور پزشک مصرف می‌کنید؟	بلی، همیشه ☐ بلی، اغلب مواقع ☐ بلی، گاهی ☐ بلی، به ندرت ☐ هرگز/خیر ☐
	منظور از "حال حاضر" ۲ هفته اخیر می‌باشد. فقط داروهایی که توسط پزشک یا کارمندان بهداشتی تجویز شده است را در نظر داشته باشید. در صورتی که پاسخ "بلی، همیشه"، "بلی، اغلب مواقع" باشد، به سوال ۸-۱۰ پرش کنید	
۷-۱۰	دلیل اصلی مصرف نکردن منظم داروها چیست؟	مصرف دارو را فراموش می‌کنم ☐ تعداد یا زمان مصرف داروها برای من پیچیده است ☐ به نظرم مصرف منظم دارو اهمیتی ندارد ☐ دارویم تمام می‌شود و نسخه را تمدید نمی‌کنم ☐ هزینه دارو برای من گران است ☐ دارو برای من در دسترس نیست ☐ احساس بهبودی دارم یا علامتی ندارم ☐ تمایل دارم از داروهای گیاهی یا طب سنتی استفاده کنم ☐ دارو برایم عوارض جانبی ایجاد می‌کند ☐ به توصیه اطرافیان مصرف دارو را قطع کردم ☐

لطفاً فقط یک گزینه را انتخاب کنید که به نظر شما مهم‌ترین دلیل مصرف نکردن منظم داروها در ۲ هفته اخیر بوده است.	
آیا پدر، برادر شما زیر سن ۵۵ سالگی و یا مادر، خواهر در زیر سن ۶۵ سالگی مبتلا به سکتة قلبی یا مغزی یا مرگ ناگهانی شده اند؟ بلی ☐ خیر ☐ نمی دانم ☐	۸-۱۰

بخش یازده - سرطان		
گزینه ها	سوال	شماره
خیر ☐ بلی ☐ (در صورت بلی، نوع سرطان را مشخص کنید) سرطان پستان ☐ سرطان پروستات ☐ سرطان روده بزرگ و راست روده ☐ سرطان دهانه رحم ☐ سایر ☐	آیا پزشک یا کارمند بهداشتی درمانی تاکنون برای شما تشخیص سرطان داده است؟ منظور از این سوال کل زندگی فرد است.	۱-۱۱
راهنما ثبت سرطان تشخیص معتبر: تنها سرطان‌هایی را گزارش کنید که پزشک یا کارمند بهداشتی درمانی رسماً برای فرد تشخیص داده باشد. گزارش بر اساس تجربه شخصی یا شک و گمان کافی نیست. اولین سرطان که برای فرد تشخیص داده شده است را انتخاب کنید		
غربالگری سرطان مردان		
خون مخفی در مدفوع: بلی در طی ۲ سال قبل ☐ بلی در بیش از ۲ سال قبل ☐ خیر ☐ نمی دانم ☐ کولونوسکوپی: بلی در طی ۲ سال قبل ☐ بلی در بیش از ۲ سال قبل ☐ خیر ☐ نمی دانم ☐	تست غربالگری سرطان روده بزرگ (شامل خون مخفی در مدفوع، کولونوسکوپی)	۲-۱۱
بلی در طی ۲ سال قبل ☐ بلی در بیش از ۲ سال قبل ☐ خیر ☐ نمی دانم ☐	تست غربالگری پروستات (PSA)	کدام تست های غربالگری را تا به حال انجام داده اید؟

در صورتی که فرد هر دو تست غربالگری سرطان روده بزرگ و سرطان پروستات را انجام داده باشد، سوالات مربوط به هر دو تست پرسیده شود. راهنمای پاسخ‌دهی غربالگری سرطان روده بزرگ: غربالگری سرطان روده بزرگ با تست خون مخفی در مدفوع یا کولونوسکوپی انجام می‌گیرد. اگر مطمئن نیست، گزینه «نمی‌دانم» را ثبت کنید. راهنمای پاسخ‌دهی غربالگری سرطان پروستات: غربالگری سرطان پروستات با تست خون PSA انجام می‌گیرد. PSA مخفف Prostate-Specific Antigen است، یک پروتئین موجود در خون که توسط غده پروستات تولید می‌شود. افزایش سطح PSA ممکن است نشانه‌ای از سرطان پروستات یا سایر مشکلات پروستات باشد.			
۳-۱۱	آیا تا به حال واکسن HPV دریافت کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐	
غربالگری سرطان زنان			
۴-۱۱	کدام تست های غربالگری را تا به حال انجام داده اید؟	تست غربالگری سرطان دهانه رحم (شامل HPV، پاپ اسمیر)	HPV: بلی در طی ۲ سال قبل ☐ بلی در بیش از ۲ سال قبل ☐ خیر ☐ نمی‌دانم ☐ پاپ اسمیر: بلی در طی ۲ سال قبل ☐ بلی در بیش از ۲ سال قبل ☐ خیر ☐ نمی‌دانم ☐ مورد ندارد (رحم را خارج نموده است) ☐ مورد ندارد (مجرد است) ☐ راهنما برای پاسخ‌دهنده و مصاحبه‌گر: تعریف غربالگری سرطان دهانه رحم: غربالگری برای تشخیص زودهنگام سرطان دهانه رحم قبل از بروز علائم انجام می‌شود. دو نوع رایج تست عبارت‌اند از: پاپ اسمیر (Pap smear): نمونه‌برداری از سلول‌های دهانه رحم برای بررسی تغییرات پیش‌سرطانی یا سرطانی.

🚩 تست HPV: آزمایش خون یا نمونه برداری برای شناسایی ویروس Human Papillomavirus که عامل اصلی سرطان دهانه رحم است. چه کسانی باید پاسخ دهند: 🚩 این سؤال از زنان مجرد (هرگز ازدواج نکرده) پرسیده نشود. 🚩 زنانی که رحم خود را برداشته‌اند باید گزینه «مورد ندارد» را انتخاب کنند. راهنمای پاسخ‌دهی: 🚩 اگر مطمئن نیست، گزینه «نمی‌دانم» را ثبت کنید.		
معاینه توسط پزشک: بلی در طی ۲ سال قبل ☐ بلی در بیش از ۲ سال قبل ☐ خیر ☐ نمی‌دانم ☐ ماموگرافی: بلی ☐ خیر بلی در طی ۲ سال قبل ☐ بلی در بیش از ۲ سال قبل ☐ خیر ☐ نمی‌دانم ☐ سونوگرافی: بلی در طی ۲ سال قبل ☐ بلی در بیش از ۲ سال قبل ☐ خیر ☐ نمی‌دانم ☐ راهنمای پاسخ‌دهی: 🚩 اگر مطمئن نیست، گزینه «نمی‌دانم» را ثبت کنید.	تست غربالگری سرطان پستان (شامل معاینه توسط پزشک، ماموگرافی، سونوگرافی)	
خون مخفی در مدفوع: بلی در طی ۲ سال قبل ☐ بلی در بیش از ۲ سال قبل ☐ خیر ☐ نمی‌دانم ☐ کولونوسکوپی: بلی در طی ۲ سال قبل ☐ بلی در بیش از ۲ سال قبل ☐ خیر ☐ نمی‌دانم ☐ غربالگری سرطان روده بزرگ با تست خون مخفی در مدفوع و کولونوسکوپی انجام می‌گیرد راهنمای پاسخ‌دهی: 🚩 اگر مطمئن نیست، گزینه «نمی‌دانم» را ثبت کنید	تست غربالگری سرطان روده بزرگ (شامل خون مخفی در مدفوع، کولونوسکوپی)	
🚩 در صورتی که فرد هر سه تست غربالگری سرطان دهانه رحم، سرطان پستان و سرطان روده بزرگ را انجام داده باشد، سوالات مربوط به هر سه تست پرسیده شود		
بلی ☐ خیر ☐	آیا تا به حال واکسن HPV دریافت کرده اید؟	۵-۱۱
بلی ☐ خیر ☐ عمل خارج نمودن رحم داشته‌ام ☐	آیا یائسه شده اید؟	۶-۱۱

این سوال فقط از خانم‌ها پرسیده می‌شود و برای آقایان در فرم یا نرم‌افزار نمایش داده نمی‌شود. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" یا "عمل خارج نمودن رحم داشته ام" باشد، به فرم بخش دوازده پرش کنید	
در چه سنی یائسه شده اید؟ سال (محدوده پاسخ قابل قبول ۱۸- ۵۵ سال)	
سن (بر حسب سال) را در زمان وقوع یائسگی وارد کنید. اگر فرد دقیقاً به یاد نمی‌آورد، بهترین تخمین ممکن را ثبت کنید.	

بخش دوازده – سابقه بیماری های مزمن تنفسی		
شماره	سوال	گزینه
۱-۱۲	آیا تاکنون پزشک به شما گفته است که آسم دارید؟	بلی ☐ خیر ☐
	منظور از "تاکنون"، کل زندگی فرد است. فقط برای افرادی که تشخیص آسم برای آنها توسط پزشک گذاشته اند این سوال تکمیل گردد. "آسم" بیماری التهابی مزمن راههای هوایی است که با حملات مکرر سرفه، تنگی نفس همراه با خس خس سینه و احساس خفگی است در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۱۲-۳ پرش کنید	
۲-۱۲	آیا در دو هفته گذشته، دارویی (از جمله اسپری‌های استنشاقی) برای آسم که توسط پزشک تجویز شده باشد، مصرف کرده‌اید؟	بلی ☐ خیر ☐
۳-۱۲	آیا تاکنون پزشک به شما گفته است که به بیماری انسدادی مزمن ریوی (COPD) یا برونشیت مزمن یا آمفیزم مبتلا هستید؟	بلی ☐ خیر ☐
	منظور از "تاکنون"، کل زندگی فرد است. فقط برای افرادی که تشخیص بیماری انسدادی مزمن ریوی (COPD) یا برونشیت مزمن یا آمفیزم برای آنها توسط پزشک گذاشته است این سوال تکمیل گردد.	

✚ تعریف " برونشیت مزمن " برای هر بیمار که هر یک از شاخص های زیر را داشته باشند: تنگی نفس، سرفه مزمن (به مدت ۲ ماه بدون سرماخوردگی)، دفع خلط مزمن (به مدت ۲ ماه)، سابقه قرار گرفتن در معرض عوامل خطر (گردوغبار و مواد شیمیائی شغلی، دود و سابقه مصرف دخانیات) ✚ در صورتی که پاسخ سوال " خیر " باشد، به سوال ۱۲-۵ پرش کنید		
آیا در دو هفته گذشته، دارویی (از جمله اسپری های استنشاقی) برای بیماری مزمن انسدادی ریه (COPD) یا برونشیت مزمن یا آمفیزم که توسط پزشک تجویز شده باشد، مصرف کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐	۴-۱۲
آیا در حال حاضر تحت درمان سل هستید؟	بلی ☐ خیر ☐	۵-۱۲
✚ در صورتی که پاسخ سوال " بلی " باشد، سایر سوالات پرسیده نشود		
در سوالات بعدی، می خواهیم درباره هرگونه علائم مزمن سرفه، خس خس سینه یا مشکل در تنفس که ممکن است تجربه کرده باشید، اطلاعات بیشتری کسب کنم.		
آیا در ۱۲ ماه گذشته خس خس سینه یا سوت کشیدن سینه داشته اید؟	بلی ☐ خیر ☐	۶-۱۲
✚ در صورتی که پاسخ سوال " خیر " باشد، به سوال ۱۲-۱۰ پرش کنید		
در ۱۲ ماه گذشته چند بار صدای خس خس سینه داشته اید؟	۱ تا ۳ بار ☐ ۴ بار و بیشتر ☐	۷-۱۲
در ۱۲ ماه گذشته، به طور متوسط چند بار خواب شما به دلیل خس خس سینه، تنگی نفس یا سرفه مختل شده است؟	کمتر از یک شب در هفته ☐ یک یا چند شب در هفته ☐	۸-۱۲
آیا در ۱۲ ماه گذشته دچار تنگی نفس شدیدی شده اید که هنگام صحبت کردن، فقط بتوانید بین هر نفس یک یا دو کلمه بگویید؟	بلی ☐ خیر ☐	۹-۱۲
آیا در ۱۲ ماه گذشته، حداقل به مدت ۳ ماه، در بیشتر روزها سرفه کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐	۱۰-۱۲
✚ در صورتی که پاسخ سوال " خیر " باشد، به سوال ۱۲-۱۲ پرش کنید		
آیا سرفه های تان معمولاً همراه با خلط است؟	بلی ☐ خیر ☐	۱۱-۱۲

۱۲-۱۲	آیا هنگام راه رفتن سریع یا بالا رفتن از پله یا قدم زدن در سطح شیب دار ملایم دچار تنگی نفس می شوید؟	بلی ☐ خیر ☐
اگر فردی از میان چهار علامت سرفه، خلط، خس خس سینه و تنگی نفس حداقل سه علامت را داشته باشد، به بیماری انسدادی مزمن ریه (COPD) مشکوک محسوب می شود. سؤالات مربوط به بررسی این چهار علامت شامل سؤالات ۱۲-۱۲، ۱۰-۱۲، ۱۱-۱۲ و ۱۲-۱۲ می باشد.		
اگر پاسخ مصاحبه شونده به سؤالات ۱۲-۱۲ یا ۱۰-۱۲ یا ۱۲-۱۲ "بلی" است، سؤالات زیر را پرسید		
۱۳-۱۲	آیا در ۱۲ ماه گذشته، به دلیل مشکلات تنفسی (تنگی نفس-خس خس-سرفه)، از محل کار خود غایب بوده اید یا فعالیت های روزانه تان تحت تأثیر قرار گرفته است؟	بلی ☐ خیر ☐
۱۴-۱۲	آیا در ۱۲ ماه گذشته به دلیل مشکلات تنفسی در بیمارستان بستری شده اید؟	بلی ☐ خیر ☐

بخش سیزده - سابقه سایر بیماری های دارای اهمیت

شماره	سوال	گزینه
۱-۱۳	در ۱۲ ماه گذشته در کدامیک از نواحی زیر بیشتر از ۳ ماه درد داشته اید؟	کمر ☐ گردن ☐ زانو ☐ هیچکدام ☐
	راهنما برای پاسخ دهنده ۱. مدت درد: منظور درد مداوم یا مکرر در ناحیه موردنظر است که جمعاً بیش از ۳ ماه در طول ۱۲ ماه گذشته طول کشیده باشد. دردهای کوتاه مدت یا گذرا (کمتر از ۳ ماه) لحاظ نشوند.	

	۲. مکان درد: ✚ گزینه‌ها شامل کمر، گردن و زانو است. ✚ اگر درد در بیش از یک ناحیه وجود داشته باشد، می‌توان چند گزینه را همزمان انتخاب کرد.
۲-۱۳	آیا در ۱۲ ماه گذشته به دلیل مشکلات دندان، لثه یا دهان، یک یا چند مورد از موارد زیر را تجربه کرده‌اید؟ بلی ☐ در صورت بلی: درد ☐ مشکل در جویدن غذا ☐ مشکل در صحبت کردن ☐ اجتناب از لبخند زدن ☐ مشکل در انجام فعالیت‌های روزمره ☐ هیچ‌کدام ☐ سایر ☐ نمی‌دانم ☐ خیر ☐
	راهنما: ✚ پاسخ‌دهنده باید تجربه‌های واقعی و مربوط به ۱۲ ماه گذشته را انتخاب کند. ✚ در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد ✚ گزینه «سایر» برای مواردی است که در گزینه‌های قبلی ذکر نشده‌اند.
۳-۱۳	آیا در ۱۲ ماه گذشته به دلیل مشکلات دندان، لثه یا دهان از خدمات دندانپزشکی استفاده کرده‌اید؟ بلی ☐ به نظرم نیازی نداشتم ☐ نیاز داشتم ولی استفاده نکردم ☐
	✚ در صورتی که پاسخ سوال "بلی" یا "به نظرم نیازی نداشتم" باشد، به سوال ۱۳-۶ پرش کنید
۴-۱۳	به چه دلیل از خدمات دندانپزشکی استفاده نکردید؟ خدمت مورد نظر ارائه نمی‌شد ☐ هزینه بالا بود ☐ مرکز درمانی دور بود ☐ کیفیت خدمات پایین بود ☐ ترس از درمان دندانپزشکی داشتم ☐ برای دریافت نوبت نیاز به انتظار زیادی بود ☐ خود درمانی کرده‌ام ☐ سایر ☐
	✚ در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد
۵-۱۳	آیا شما دچار مشکل بی‌دندانی کامل هستید؟ بلی بی‌دندان کامل هستم و از دندان مصنوعی کامل یا دست‌دندان استفاده می‌کنم ☐ بلی بی‌دندان کامل هستم و از دندان مصنوعی کامل یا دست‌دندان استفاده نمی‌کنم ☐ خیر بی‌دندانی کامل ندارم ☐

بی‌دندانی کامل به معنای عدم وجود دندان در هر دو فک است.	
۶-۱۳ به طور معمول چند نوبت در روز مسواک می‌زنید؟	مسواک نمی‌زنم ☐ گاهی اوقات در هفته مسواک می‌زنم ☐ یک بار در روز ☐ دوبار در روز یا بیشتر ☐ دندان مصنوعی دارم ☐
در صورتی که فرد در سوال ۶-۱۳ گزینه "بلی بی دندان کامل هستم و از دندان مصنوعی کامل یا دست دندان استفاده می‌کنم" و "بی‌دندانی کامل ندارم" را علامت بزند، سوال حاضر پرسیده شود	
۷-۱۳ چند بار در روز نخ دندان استفاده می‌کنید؟	استفاده نمی‌کنم ☐ گاهی اوقات در هفته استفاده می‌کنم ☐ یک بار در روز یا بیشتر استفاده می‌کنم ☐
در صورتی که فرد در سوال ۶-۱۳ گزینه "بی‌دندانی کامل ندارم" را علامت بزند، سوال حاضر پرسیده شود	
۸-۱۳ آیا هنگام غذا خوردن یا مسواک زدن یا استفاده از نخ دندان لثه هایتان خونریزی کرده است؟	بلی، هنگام غذا خوردن ☐ بلی، هنگام مسواک زدن ☐ بلی، هنگام استفاده از نخ دندان ☐ خیر ☐
در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد در صورتی که فرد در سوال ۶-۱۳ گزینه "بی‌دندانی کامل ندارم" را علامت بزند، سوال حاضر پرسیده شود	
۹-۱۳ وضعیت فعلی سلامت دهان و دندان خود (دندان‌ها، لثه و دهان) را چگونه ارزیابی می‌کنید؟	عالی ☐ بسیار خوب ☐ خوب ☐ متوسط ☐ ضعیف ☐
راهنما: پاسخ‌دهنده بر اساس ارزیابی شخصی خود از سلامت دندان‌ها، لثه و دهان پاسخ دهد. هدف، دریافت ادراک فرد از سلامت دهان و دندان است، نه تشخیص بالینی	

بخش چهارده - توصیه های سبک زندگی و کیفیت زندگی

بدیهی است هدف از این سوال سنجش میزان انتقال توصیه های سلامت به افراد بدون توجه به وضعیت سلامتی آنها است. به عنوان مثال هر فرد در جامعه که دارای اعتیاد به سیگار است لازم است به وی توصیه شود که سیگار را ترک کند و هر فرد که سیگار نمی کشد لازم است که به وسیله نظام سلامت ترغیب شود تا به واسطه آگاهی از عوارض سیگار به سمت مصرف سیگار نرود. در این بخش توصیه ها توسط پزشک یا کارمند بهداشتی یا هر فردی یا سازمان که در راستای سلامت مشغول به فعالیت هستند را شامل می شود.

شماره	سوال	گزینه
۱-۱۴	کدامیک از موارد زیر طی ۱۲ ماه گذشته توسط پزشک یا کارکنان بهداشتی، در راستای اصلاح سبک زندگی به شما توصیه شده است؟	ترک یا عدم شروع مواد دخانی کاهش مصرف نمک اصلاح سایر موارد تغذیه ای انجام یا افزایش فعالیت بدنی کاهش وزن یا حفظ وزن بدن در حد طبیعی ☐ بلی ☐ خیر ☐ بلی ☐ خیر ☐ بلی ☐ خیر ☐ بلی ☐ خیر ☐ بلی ☐ خیر
	سایر موارد تغذیه ای شامل (مصرف حداقل پنج وعده میوه/ یا سبزیجات در روز، کاهش مصرف چربی در رژیم غذایی، مصرف کم مواد فرآوری شده، افزایش مصرف ماهی، افزایش مصرف نان سبوس دار و کربوهیدرات سالم، کاهش مصرف مواد قندی)	
۲-۱۴	سوالات بعد در مورد سلامت شما در حال حاضر است. برای هر یک از ۵ گروه حالاتی ذکر شده است. لطفاً گزینه ای را علامت بزنید که به بهترین نحو وضعیت <u>سلامت امروز شما</u> را نشان می دهد.	
۱-۲-۱۴	تحرک	هیچ مشکلی در راه رفتن ندارم ☐ در راه رفتن کمی مشکل دارم ☐ در راه رفتن نسبتاً مشکل دارم ☐ در راه رفتن مشکل جدی دارم ☐ قادر به راه رفتن نیستم ☐
۲-۲-۱۴	مراقبت شخصی	در شستشوی خودم و یا پوشیدن لباس مشکلی ندارم ☐ در شستشوی خودم و یا پوشیدن لباس کمی مشکل دارم ☐ در شستشوی خودم و یا پوشیدن لباس نسبتاً مشکل دارم ☐ در شستشوی خودم و یا پوشیدن لباس مشکل جدی دارم ☐ قادر به شستشوی خودم و یا پوشیدن لباس نیستم ☐

۳-۲-۱۴	فعالیت‌های عادی (مانند کار، تحصیل، کارهای خانه، فعالیت‌های خانوادگی یا تفریحی) در انجام فعالیت‌های عادی هیچ مشکلی ندارم ☐ در انجام فعالیت‌های عادی کمی مشکل دارم ☐ در انجام فعالیت‌های عادی نسبتاً مشکل دارم ☐ در انجام فعالیت‌های عادی مشکل جدی دارم ☐ قادر به انجام فعالیت‌های عادی نیستم ☐
۴-۲-۱۴	درد/ناراحتی جسمی هیچ درد یا ناراحتی جسمی ندارم ☐ کمی درد یا ناراحتی جسمی دارم ☐ نسبتاً درد یا ناراحتی جسمی دارم ☐ درد یا ناراحتی جسمی شدیدی دارم ☐ بی‌نهایت درد یا ناراحتی جسمی دارم ☐
۵-۲-۱۴	اضطراب/افسردگی مضطرب یا افسرده نیستم ☐ کمی مضطرب یا افسرده هستم ☐ نسبتاً مضطرب یا افسرده هستم ☐ به شدت مضطرب یا افسرده هستم ☐ بی‌نهایت مضطرب یا افسرده هستم ☐
۶-۲-۱۴	می‌خواهیم بدانیم وضعیت سلامت امروز شما چقدر خوب یا بد است. این مقیاس از ۰ تا ۱۰۰ درجه بندی شده است. عدد ۱۰۰ نشان دهنده بهترین وضعیت سلامتی است که می‌توانید تصور کنید و عدد ۰ نشان دهنده بدترین وضعیت سلامتی است که می‌توانید تصور کنید. روی این مقیاس با یک X نشان دهید که امروز سلامت شما در چه وضعیتی است. اکنون، لطفاً عددی را که روی مقیاس علامت زده اید، داخل مربع زیر بنویسید. 
۳-۱۴	کدامیک از انواع ابزارهای هوشمند سلامت را تاکنون استفاده کرده اید؟ گام شمار ☐ اندازه‌گیری قند خون ☐ اندازه‌گیری فشار خون ☐ اندازه‌گیری ضربان قلب ☐ اندازه‌گیری زمان یا کیفیت خواب ☐ هیچکدام ☐
	منظور از این سوال کل زندگی فرد است  در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد 

بخش پانزده - حوادث

شماره	سوال	گزینه
۱-۱۵	آیا در ۱۲ ماه گذشته حادثه ای برای شما اتفاق افتاده است که منجر به آسیب جسمی برای شما شده باشد؟	بلی ☐ خیر ☐
	➤ به زمان ذکر شده در سوالات دقت کنید. ➤ منظور از حادثه، سانحه یا تصادف: مشخص، ناگهانی، غیرقابل پیش بینی و منجر به آسیب فیزیکی باشد. ➤ در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۷-۱۵ پرش کنید	
۲-۱۵	در آخرین بار، نوع حادثه چه بوده است؟	ترافیکی ☐ سوختگی ☐ سقوط و زمین خوردن ☐ غرق شدگی ☐ برق گرفتگی ☐ مسمومیت غیر عمدی ☐ خودکشی ☐ خشونت ☐ گزش مار و عقرب ☐ حمله حیوانات ☐ ☐ ضربه ☐ سایر موارد ☐
	➤ توجه: اگر فرد چند بار چنین تجربه ای داشته باشد، آخرین بار معیار ثبت است.	
۳-۱۵	آیا این آسیب منجر به دریافت خدمات پزشکی شده است؟	بلی ☐ خیر ☐
	➤ معیار پاسخ گویی به این سوال آخرین باری است که فرد دچار حادثه شده است. ➤ در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۵-۱۵ پرش کنید	
۴-۱۵	آیا این آسیب منجر به دریافت خدمات بستری شده است؟	بلی ☐ خیر ☐
	➤ معیار پاسخگویی: آخرین باری که فرد دچار حادثه شده است. ➤ خدمات بستری: طبق استانداردهای درمانی کشور، به بستری با بیش از ۶ ساعت پذیرش در بیمارستان اطلاق می شود ➤ در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۵-۱۵ پرش کنید	
۵-۱۵	آسیب رخ داده چند وقت پیش اتفاق افتاده است ؟	کمتر از یک ماه ☐ یک تا کمتر از ۶ ماه ☐ شش ماه و کمتر از ۱۲ ماه ☐

۶-۱۵	آسیب رخ داده به چه نحو پیش رفته است؟	بهبود کامل پیدا کرده است ☐ بهبود نسبی پیدا کرده است ☐ بهبود پیدا نکرده است ☐
۷-۱۵	آیا در ۱۲ ماه گذشته برای مسافرت درون شهری از خودرو سواری (شخصی یا وسیله نقلیه عمومی) استفاده نموده اید؟	بلی ☐ خیر ☐
	تاکسی و آژانس و اسنپ و سایر خودروهای سواری که در داخل شهر استفاده شده اند شامل این سوال می شود. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۱۵-۱۰ پرش کنید	
۸-۱۵	آیا در آخرین باری که در صندلی های جلوی خودرو نشسته اید (به عنوان راننده و یا سرنشین) از کمربند ایمنی استفاده کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐
	دقت کنید که منظور آخرین بار در مسافرت درون شهری است.	
۹-۱۵	آیا در آخرین باری که در صندلی های عقب خودرو نشسته اید از کمربند ایمنی استفاده کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐ من همواره راننده بوده ام ☐
	دقت کنید که منظور آخرین بار در مسافرت درون شهری است و درباره صندلی عقب پرسیده شده است.	
۱۰-۱۵	آیا در ۱۲ ماه گذشته برای مسافرت برون شهری از خودرو سواری استفاده نموده اید؟	بلی ☐ خیر ☐ مسافرت برون شهری نداشته ام ☐
	تاکسی و آژانس و اسنپ و سایر خودروهای سواری که در خارج شهر استفاده شده اند شامل این سوال می شود. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" یا "مسافرت برون شهری نداشته ام" باشد، به سوال ۱۵-۱۴ پرش کنید	
۱۱-۱۵	آیا در آخرین باری که در صندلی های جلوی خودرو نشسته اید (به عنوان راننده و یا سرنشین) از کمربند ایمنی استفاده کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐
	دقت کنید که منظور آخرین بار در مسافرت برون شهری است.	
۱۲-۱۵	آیا در آخرین باری که در صندلی های عقب خودرو نشسته اید از کمربند ایمنی استفاده کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐ من همواره راننده بوده ام ☐
	دقت کنید که منظور آخرین بار در مسافرت برون شهری است.	

۱۳-۱۵	در صورت داشتن نوزاد یا کودک، در آخرین بار حین استفاده از خودرو؛ از صندلی خودرو کودک یا نوزاد مناسب سن آنان استفاده کرده‌اید؟	بلی ☐ خیر ☐ کودک یا نوزاد ندارم ☐
۱۴-۱۵	آیا در ۱۲ ماه گذشته سوار موتور سیکلت شده اید؟	بلی ☐ خیر ☐
دقت کنید که این سوال در مورد ۱۲ ماه گذشته می باشد. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، دو سوال بعدی پرسیده نشود.		
۱۵-۱۵	آیا در آخرین باری که با موتورسیکلت تردد کرده اید (به عنوان راننده یا همراه) از کلاه ایمنی استفاده نموده اید؟	بلی ☐ خیر ☐
دقت کنید که این سوال در مورد آخرین بار می باشد. در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، سوال ۱۵-۱۶ پرسیده نشود.		
۱۶-۱۵	نوع کلاه ایمنی مورد استفاده خود را مشخص فرمائید:	کلاه تمام رخ ☐ کلاه سه ربعی (جلوباز) ☐ کلاه هایی با پوشش کمتر از سه ربع ☐



کلاه تمام رخ



کلاه سه ربعی (جلوباز)



کلاه‌هایی با پوشش کمتر از سه ربع

بخش شانزده – مصرف الکل

توجه داشته باشید که سوالات مربوط به مصرف الکل از هر دو جنس زن و مرد پرسیده می‌شود و محدود به مردان نیست. در پاسخ به سوالات این بخش، به زمان ذکر شده در هر پرسش دقت شود.

شماره	سوال	گزینه
۱-۱۶	آیا تاکنون نوشیدنی‌های الکلی مصرف کرده اید؟	بلی، آخرین بار قبل از ۱۲ ماه گذشته (یکسال گذشته) مصرف کردم ☐ بلی، آخرین بار در طی ۱۲ ماه گذشته (یکسال گذشته) مصرف کردم ☐ خیر ☐ تمایل به پاسخ ندارم ☐
	توجه داشته باشید، هرگونه مصرف الکل، اعم از آبجو، شراب یا سایر نوشیدنی‌های الکلی، حتی اگر فقط یک بار و به مقدار کم مصرف شده باشد، باید پاسخ بلی در نظر گرفته شود. استثنا: داروهایی که حاوی الکل هستند و با هدف درمانی مصرف می‌شوند، مشمول این دسته‌بندی نمی‌شوند. منظور از لفظ "تاکنون"، کل زندگی فرد است. در صورتی که پاسخ سوال "بلی، آخرین بار در طی ۱۲ ماه گذشته (یکسال گذشته) مصرف کردم" باشد، سوالات بعدی پرسیده شود در صورتی که پاسخ سوال "بلی، آخرین بار قبل از ۱۲ ماه گذشته (یکسال گذشته) مصرف کردم" یا "خیر" باشد، به سوال ۱۶-۱۰ پرش کنید	
۲-۱۶	با چه فاصله ای نوشیدنی‌های الکلی مصرف کرده اید؟	روزانه ☐ هفتگی ☐ ماهانه ☐ فصلی ☐ ۶ ماه و بیشتر ☐ سالیانه ☐
	اگر فرد بگوید در ۱۲ ماه گذشته ۱ بار مصرف داشته است، گزینه "سالیانه" انتخاب می‌شود اگر فرد بگوید در ۱۲ ماه گذشته ۲ بار مصرف داشته است، یعنی به طور متوسط هر ۶ ماه یک بار، گزینه "۶ ماه و بیشتر" انتخاب می‌شود. اگر فرد بیان کند ۳ یا ۴ بار مصرف داشته است، یعنی به طور متوسط هر ۳ تا ۴ ماه یک بار، گزینه "فصلی" انتخاب می‌شود. در صورتی که یکی از گزینه‌های روزانه، هفتگی، ماهانه، فصلی یا ۶ ماه و بیشتر انتخاب شود، سایر گزینه‌ها غیرفعال می‌گردند	

در صورتی که پاسخ سوال "روزانه" باشد، به سوال ۱۶-۴ پرش کنید	
به طور معمول در این بازه زمانی چند روز نوشیدنی الکلی مصرف می کنید؟	۳-۱۶
به طور معمول در هر کدام از این روزها، به طور متوسط چند وعده نوشیدنی الکلی مصرف می کنید؟	۴-۱۶
به طور معمول در هر وعده، میزان مصرف نوشیدنی الکلی شما چقدر بوده است؟	۵-۱۶
تعداد لیوان/شات های مصرفی درج گردد محدوده پاسخ برای مصرف روزانه الکل ۵۰ لیوان/شات می باشد اگر شرکت کننده یک نوع نوشیدنی را مصرف می کند، تعداد لیوان ها یا شات های مصرفی در یک وعده را بر اساس همان واحد استاندارد ذکر شده، وارد کنید. اگر در یک وعده بیش از یک نوع نوشیدنی مصرف می کند (مثلاً هم آب جو و هم عرقیات)، برای هر کدام به طور جداگانه عدد مربوطه را بنویسید. اگر شرکت کننده نوع خاصی از این نوشیدنی ها را هرگز مصرف نمی کند، در ردیف مربوطه عدد صفر را وارد کنید.  یک واحد استاندارد آب جو (معادل ۲۸۵ سی سی)  یک واحد استاندارد شراب (معادل ۱۲۰ سی سی)  یک واحد استاندارد از عرقیات الکلی/ودکا/ ویسکی/کنیاک/رام (معادل ۳۰ سی سی)	

۶-۱۶	آیا پیش آمده است در طی ۱۲ ماه گذشته در یک وعده معمولی حداقل ۶ واحد استاندارد نوشیدنی الکلی مصرف کنید؟	بلی ☐ خیر ☐
	منظور از واحد استاندارد لیوان معمول معادل ۲۸۵ سی سی آب جو ، ۱۲۰ سی سی شراب یا شات معمول معادل ۳۰ سی سی (عرقیات الکلی / تکیلا/ ودکا / ویسکی / کنیاک/ رام) می باشد	
۷-۱۶	آیا در ۳۰ روز گذشته نوشیدنی های الکلی مصرف کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐ تمایل به پاسخ ندارم ☐
۸-۱۶	آیا پیش آمده است در طی ۳۰ روز گذشته در یک وعده معمولی حداقل ۶ واحد استاندارد نوشیدنی الکلی مصرف کنید؟	بلی ☐ خیر ☐
	منظور از واحد استاندارد لیوان معمول معادل ۲۸۵ سی سی آب جو ، ۱۲۰ سی سی شراب یا شات معمول معادل ۳۰ سی سی (عرقیات الکلی / تکیلا/ ودکا / ویسکی / کنیاک/ رام) می باشد	
۹-۱۶	آیا در طی ۱۲ ماه گذشته پس از مصرف الکل رانندگی کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐
۱۰-۱۶	آیا در طی ۱۲ ماه گذشته سوار خودرویی شده اید که راننده آن در حالت مستی رانندگی می کرده است؟	بلی ☐ خیر ☐
سوالات مصرف الکل در مورد شبکه آشنایان		
در این بخش، برای بر آورد شیوع مصرف الکل در جمعیت بزرگسال ایران از روش Modified Network Scale-Up (NSU) استفاده خواهد شد. بدین منظور، از پاسخ دهندگان سوالات زیر پرسیده می شود.		
۱۱-۱۶	چند مرد بزرگسال (۱۸ سال و بالاتر) از بستگان و دوستان نزدیک خود را می شناسید؟	_____ نفر
	منظور از بستگان و دوستان نزدیک (مرد)، مردان ۱۸ سال و بالاتر ساکن ایران هستند که در میان اعضای خانواده و فامیل و دوستان شما قرار دارند و شما آن ها را از نزدیک می شناسید؛ به گونه ای که به طور منظم با آن ها در ارتباط هستید و معمولاً از احوال و وضعیت کلی زندگی آن ها آگاه می باشید.	

۱۲-۱۶	چند زن بزرگسال (۱۸ سال و بالاتر) از بستگان و دوستان نزدیک خود را می‌شناسید؟	_____ نفر
	منظور از بستگان و دوستان نزدیک (زن)، زنان ۱۸ سال و بالاتر ساکن ایران هستند که در میان اعضای خانواده و فامیل و دوستان شما قرار دارند و شما آن‌ها را از نزدیک می‌شناسید؛ به گونه‌ای که به‌طور منظم با آن‌ها در ارتباط هستید و معمولاً از احوال و وضعیت کلی زندگی آن‌ها آگاه می‌باشید.	
۱۳-۱۶	از میان بستگان و دوستان مردی که در سؤال قبل در نظر گرفته‌اید، چند نفر در طی ۱۲ ماه گذشته حداقل یک بار نوشیدنی الکلی مصرف کرده‌اند؟	_____ نفر
	لطفاً با توجه به تعداد بستگان و دوستان مردی که در سؤال ۱۶-۱۱ مشخص کرده‌اید، برآورد کنید که احتمالاً چند نفر از آن‌ها در ۱۲ ماه گذشته حداقل یک مرتبه نوشیدنی الکلی مصرف کرده‌اند. در صورتی که مصاحبه شونده فردی را با چنین ویژگی نمی‌شناسند گزینه صفر را وارد کنید	
۱۴-۱۶	از میان بستگان و دوستان زنی که در سؤال قبل در نظر گرفته‌اید، چند نفر در طی ۱۲ ماه گذشته حداقل یک بار نوشیدنی الکلی مصرف کرده‌اند؟	_____ نفر
	لطفاً با توجه به تعداد بستگان و دوستان زنی که در سؤال ۱۶-۱۲ مشخص کرده‌اید، برآورد کنید که احتمالاً چند نفر از آن‌ها در ۱۲ ماه گذشته حداقل یک مرتبه نوشیدنی الکلی مصرف کرده‌اند. در صورتی که مصاحبه شونده فردی را با چنین ویژگی نمی‌شناسند گزینه صفر را وارد کنید	
۱۵-۱۶	به نظر شما، از میان بستگان و دوستان مردی که در سؤال‌های قبل در نظر گرفته‌اید، چند درصد ممکن است مصرف الکل دارند ولی از شما پنهان می‌کنند؟	کمتر از ۲۵٪ ☐ ۲۵-۵۰٪ ☐ ۵۰-۷۵٪ ☐ بیش از ۷۵٪ ☐
	منظور از این سؤال، میزان پنهان‌کاری در مصرف الکل در میان بستگان و دوستان مرد شماست. "کمتر از ۲۵٪" یعنی اطلاعات شما درباره مصرف الکل بستگان و دوستان مردتان نسبتاً دقیق و شفاف است و تنها تعداد کمی ممکن است مصرف خود را پنهان کرده باشند. "بیش از ۷۵٪" یعنی احتمال می‌دهید اکثر بستگان و دوستان مرد مصرف‌کننده، مصرف الکل خود را از شما پنهان کرده باشند.	
۱۶-۱۶	به نظر شما، از میان بستگان و دوستان زنی که در سؤال‌های قبل در نظر گرفته‌اید، چند درصد ممکن است مصرف الکل دارند ولی از شما پنهان می‌کنند؟	کمتر از ۲۵٪ ☐ ۲۵-۵۰٪ ☐ ۵۰-۷۵٪ ☐ بیش از ۷۵٪ ☐

منظور از این سؤال، میزان پنهان کاری در مصرف الکل در میان بستگان و دوستان زن شماست. ✚ "کمتر از ۲۵٪" یعنی اطلاعات شما درباره مصرف الکل بستگان و دوستان زنتان نسبتاً دقیق و شفاف است و تنها تعداد کمی ممکن است مصرف خود را پنهان کرده باشند. ✚ "بیش از ۷۵٪" یعنی احتمال می‌دهید اکثر بستگان و دوستان زن مصرف‌کننده، مصرف الکل خود را از شما پنهان کرده باشند.

بخش هفده - دریافت خدمت سلامت

منظور از خدمت سلامت، خدمات سطح یک است که در بسته خدمت PHC ارائه می‌گردد. خدمات سطح یک شامل؛ واکسیناسیون (نوزاد - کودک)، دریافت خدمات دوران بارداری یا پس از آن، خدمات مراقبت کودکان، خطر سنجی قلبی عروقی / غربالگری دیابت / غربالگری فشارخون، مراقبت دیابت یا فشارخون بالا، ارزیابی وضعیت تغذیه / مشاوره تغذیه و غیره می‌باشد.		
شماره	سوال	گزینه ها
۱-۱۷	آیا نزدیک ترین مرکز بهداشتی درمانی (خانه بهداشت / پایگاه سلامت / مرکز خدمات جامع سلامت) محل سکونت خود را می‌شناسید؟	بلی ☐ خیر ☐
۲-۱۷	آیا تاکنون برای دریافت خدمات بهداشتی درمانی از خانه بهداشت / پایگاه سلامت / مرکز خدمات جامع سلامت (دولتی) با شما یا اعضای خانواده تماس تلفنی گرفته شده است ؟	بلی ☐ خیر ☐
۳-۱۷	آیا تاکنون شما یا یکی از اعضای خانواده شما برای دریافت خدمات بهداشتی درمانی به خانه بهداشت / پایگاه سلامت / مرکز خدمات جامع سلامت (دولتی) مراجعه کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐
✚ در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۱۷-۵ پرش کنید		
۴-۱۷	اگر پاسخ به سوال ۱۷-۳ بلی است، علت مراجعه چه بوده است؟	واکسیناسیون (نوزاد - کودک -) ☐ تزریق واکسن کووید-۱۹ ☐ دریافت خدمات دوران بارداری یا پس از آن (یا تنظیم خانواده در سال های گذشته) ☐ خدمات مراقبت کودکان ☐

	خطر سنجی قلبی عروقی / غربالگری دیابت / غربالگری فشارخون ☐ مراقبت دیابت یا فشارخون بالا ☐ ارزیابی وضعیت تغذیه / مشاوره تغذیه ☐ ارزیابی میزان فعالیت بدنی ☐ مشاوره سلامت روان (مشاوره ترک مصرف الکل / دخانیات و) ☐ خدمات سلامت سالمندان ☐ خدمات سلامت جوانان ☐ غربالگری کمکاری تیروئید نوزادان / غربالگری فنیل کتونوری ... ☐ غربالگری اختلالات متابولیک نوزادی ☐ بعثت حیوان گزیدگی (مار-عقرب-سگ -) ☐ غربالگری سرطان پستان / سرطان دهانه رحم ☐ غربالگری سرطان روده بزرگ (تست خون مخفی در مدفوع) ☐
	🚩 در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد
۵-۱۷ اگر پاسخ سوال ۱۷-۳ خیر است، علت عدم مراجعه چه بوده است؟	در خانه بهداشت یا پایگاه سلامت پزشک وجود ندارد ☐ راه خیلی دور است ☐ خدمت تخصصی مورد نیاز من در مرکز بهداشتی درمانی ارائه نمیشود ☐ مراقب سلامت یا پزشک همجنس (مرد برای مرد/زن برای زن) در مرکز حضور ندارد ☐ مراکز دولتی خیلی شلوغ هستند ☐ خدمتی که ارائه میکنند کیفیت لازم را ندارد ☐ ساعت اداری نبود و مرکز تعطیل بود ☐ بهداشت / پایگاه سلامت / مراکز خدمات جامع سلامت (دولتی) محل زندگی خود را نمی شناسم ☐ سایر ☐
	🚩 در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد
۶-۱۷ آیا در یک سال گذشته (۱۲ ماه گذشته) از خانه بهداشت / پایگاه سلامت / مراکز خدمات جامع سلامت (دولتی) خدمت دریافت کرده اید؟	بلی ☐ خیر ☐
۷-۱۷ شما یا اعضای خانواده در صورت ابتلا به بیماری در <u>اولین اقدام</u> به کجا مراجعه می کنید؟	خانه بهداشت / پایگاه سلامت ☐ پزشک در مراکز خدمات جامع سلامت ☐ نزدیکترین مطب پزشک ☐ درمانگاه یا بیمارستان دولتی ☐ مطب پزشک متخصص ☐ درمانگاه یا بیمارستان خصوصی ☐ داروخانه برای دریافت دارو و رفع علائم بیماری ☐ پزشک طب سنتی ☐ پزشک خانواده ☐
	🚩 لطفا گزینه ای را انتخاب کنید که در اولین اقدام به آنجا مراجعه می کنید

بخش هجده - سواد سلامت

شماره	سوال	گزینه
۱-۱۸	درک توصیه ها در خصوص بهداشت و سلامت (کتابچه، برشورهای دارویی و سلامت، شبکه های اجتماعی مجازی، توصیه پزشک) برای شما چقدر سخت است؟	خیلی سخت ☐ سخت ☐ نه سخت نه آسان ☐ آسان ☐ خیلی آسان ☐ اصلا پی گیری برای بدست آوردن اطلاعات سلامت نمی کنم ☐
	🚩 در صورتی که گزینه "اصلا پی گیری برای بدست آوردن اطلاعات سلامت نمی کنم" به سوال ۱۸-۳ پرش کنید	
۲-۱۸	بیشتر اطلاعات مربوط به سلامت را از چه منبعی به دست می آورید؟	صدا و سیما ☐ پزشک و کارکنان بهداشتی و درمانی ☐ منابع طب سنتی ☐ دوستان، آشنایان و بستگان ☐ سامانه های هوش مصنوعی ☐ جستجو در اینترنت ☐ اینستاگرام ☐ سایر شبکه های اجتماعی مجازی ☐ کتابچه، جزوه، بروشورهای آموزشی و تبلیغی ☐ تلفن گویا ☐ شبکه های ماهواره ای ☐ سایر ☐ نمیتوانم اطلاعات مورد نیاز را بدست بیاورم ☐
	🚩 در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد	
۳-۱۸	تشخیص مطالب معتبر از نامعتبر سلامت چقدر برای شما امکان پذیر است؟	خیلی سخت ☐ سخت ☐ نه سخت نه آسان ☐ آسان ☐ خیلی آسان ☐ اصلا پی گیری برای بدست آوردن اطلاعات سلامت نمی کنم ☐
	🚩 در صورتی که گزینه "اصلا پی گیری برای بدست آوردن اطلاعات سلامت نمی کنم" به سوال پرشش نامه بعدی پرش کنید	
۴-۱۸	برای تشخیص معتبر یا نامعتبر مطالب سلامت از چه روشی استفاده می کنید؟	صدا و سیما ☐ پزشک و کارکنان بهداشتی و درمانی ☐ منابع طب سنتی ☐ دوستان، آشنایان و بستگان ☐ سامانه های هوش مصنوعی ☐ جستجو در اینترنت ☐ اینستاگرام ☐ سایر شبکه های اجتماعی مجازی ☐ کتابچه، جزوه، بروشورهای آموزشی و تبلیغی ☐ تلفن گویا ☐ شبکه های ماهواره ای ☐ سایر ☐ نمیتوانم اطلاعات مورد نیاز را بدست بیاورم ☐
	🚩 در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد	

بخش نوزدهم - اختلال شناختی

شماره	سوال	گزینه
۱-۱۹	امسال چه سالی هجری شمسی است؟	☐ صحیح ☐ غلط
۲-۱۹	هم اکنون چه برجی (ماهی) از سال است؟	☐ صحیح ☐ غلط
	آدرس پنج قسمتی زیر را به طور دقیق به خاطر بسپارید، مجدداً چند دقیقه بعد از شما پرسیده خواهد شد: نوشهر - خیابان راستان - کوچه محبوب - پلاک ۴۲ - منزل جلیلی	
۳-۱۹	(بدون نگاه به ساعت) الان ساعت چند است؟	☐ صحیح ☐ غلط
۴-۱۹	از عدد ۲۰ یکی یکی کم کنید.	پاسخ کاملاً صحیح ☐ یک پاسخ ناصحیح ☐ بیش از یک پاسخ ناصحیح ☐
۵-۱۹	ماههای سال را بصورت برعکس از آخر به اول بگوئید.	پاسخ کاملاً صحیح ☐ یک پاسخ ناصحیح ☐ بیش از یک پاسخ ناصحیح ☐
۶-۱۹	آدرس قبلی را که به خاطر سپرده بودید بگوئید.	پاسخ کاملاً صحیح ☐ یک پاسخ ناصحیح ☐ دو پاسخ ناصحیح ☐ سه پاسخ ناصحیح ☐ چهار پاسخ ناصحیح ☐ پنج پاسخ ناصحیح ☐
🌟 سوالات این بخش از افراد ۵۰ سال و بالاتر پرسیده شود راهنمای استفاده از آزمون ۶ آیتی شناختی 🌟 به پاسخ صحیح توجه شود. هر گونه تفاوت بین پاسخ صحیح و پاسخی که آزمودنی می‌دهد، ناصحیح تلقی شود. هیچ‌گونه راهنمایی انجام نشود.		

✚ برای پاسخ صحیح ماه هجری شمسی در نظر گرفته شود. در صورت بیان ماه صحیح قمری نیز می‌توان پاسخ را صحیح در نظر گرفت. در صورتی که پاسخ ناصحیح باشد، گزینه غلط را تیک بزنید.

✚ آدرس را قسمت به قسمت و با تأمل برای آزمودنی بیان کنید و از او بخواهید پس از شما آدرس را تکرار کند. در صورتی که آزمودنی قادر به تکرار صحیح آدرس نبود، با او صحبت و آدرس را مجدداً تکرار کنید تا بتواند آن را بیان کند. پس از اینکه آزمودنی موفق به تکرار آدرس شد، از او بخواهید آدرس را برای بار دوم نیز تکرار کند.

✚ اجازه ندادن به ساعت به فرد داده نشود و استنباط فرد از زمان مدنظر قرار گیرد. در صورت پاسخ صحیح در محدوده یک ساعت، گزینه صحیح را بزنید؛ در غیر این صورت گزینه غلط را تیک بزنید.

✚ از آزمودنی بخواهید از عدد ۲۰ یکی یکی کم کند و تا عدد صفر پیش برود. در صورتی که پاسخ فرد صحیح باشد، گزینه صحیح را بزنید. اگر در طی این کم کردن‌ها یک اشتباه کند، گزینه یک پاسخ ناصحیح را تیک بزنید و اگر بیش از یک اشتباه داشته باشد، گزینه بیش از یک پاسخ ناصحیح را تیک بزنید.

✚ از آزمودنی بخواهید ماه‌های هجری شمسی را از آخر به اول بگوید (اسفند، بهمن، دی، ... خرداد، اردیبهشت، فروردین). برای پاسخ بدون اشتباه گزینه پاسخ کاملاً صحیح را تیک بزنید؛ برای یک مورد اشتباه گزینه یک پاسخ ناصحیح و برای بیش از یک مورد اشتباه گزینه بیش از یک پاسخ ناصحیح را تیک بزنید.

✚ از فرد بخواهید آدرسی را که چند دقیقه پیش حفظ کرده بود، مجدداً بیان کند. در صورتی که پاسخ صحیح باشد، گزینه پاسخ کاملاً صحیح را تیک بزنید. در صورت وجود پاسخ‌های ناصحیح، گزینه مربوط به تعداد پاسخ‌های ناصحیح را تیک بزنید.

بخش بیست – دارایی خانوار

شماره	سوال	گزینه
	✚ سوالات این بخش از فرد منتخب پرسیده می‌شود ✚ دلیل پرسش این سوالات، بررسی ارتباط وضعیت اقتصادی خانوار با وضعیت سلامت افراد است.	
۱-۲۰	وضعیت محل سکونت خانوار شما چگونه است؟	اسکلت فلزی یا بتون آرمه ☐ ساختمان آجری با سقف تیرآهن ☐ خشتی یا گلی ☐ کپر، چادر یا کلبه یا کانکس ☐
۲۰-۲	نوع مالکیت محل سکونت خانوار شما چگونه است؟	شخصی ☐ استیجاری ☐ سازمانی ☐ سایر ☐

✚ سایر: (مانند افرادی که در محل سکونت فرد دیگری زندگی می کند و نوع مالکیت مشخصی بر محل سکونت ندارد).	
۳-۲۰	تعداد اتاق های خانه (توجه شود که آشپزخانه و هال اتاق در نظر گرفته می شوند)
۴-۲۰	متراژ محل سکونت خانوار (منزل) چقدر است؟
۵-۲۰	آیا خودتان یا فردی از افراد خانوار شما دارای اتومبیل شخصی است ؟
✚ توجه شود که منظور کل خانوار است یعنی اگر پدر، مادر، خواهر و یا برادر آن فرد در خانوار اتومبیل دارند پاسخ این سوال بله می باشد. ✚ در صورتی که پاسخ سوال "خیر" باشد، به سوال ۲۰-۷ پرش کنید	
۶-۲۰	نوع اتومبیل شما چیست؟
پراید ☐ پژو ☐ سمند ☐ وانت بار ☐ سایر اتومبیل های شخصی ساخت داخل (دنا و تارا، شاهین، مونتاژها شامل مدیران خودرو و کرمان) ☐ اتومبیل های خارجی ☐	
✚ در صورتیکه فرد نمی داند اتومبیل ساخت داخل است یا خارج می توان با پرسیدن نام اتومبیل به فرد کمک کرد. ✚ امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد	
۷-۲۰	از کدامیک از تسهیلات زیر برخوردارید؟
گاز لوله کشی ☐ بلی ☐ خیر ☐ کولرگازی ثابت ☐ بلی ☐ خیر ☐	
✚ در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد	
۸-۲۰	سفرهای شما در ۱۲ ماه گذشته معمولاً به کدام مقاصد بوده است (منظور سفرهای کاری و ماموریت محور نمی باشد)
به مقاصد داخلی (درون ایران) ☐ به مقاصد خارجی سیاحتی (خارج از ایران) ☐ به مقاصد خارجی زیارتی (خارج از ایران) ☐ هیچ سفری در سال گذشته نداشتیم ☐	
✚ در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد	
۹-۲۰	به طور کلی، پرداخت هزینه های ضروری زندگی برای خانوار شما چقدر دشوار است؟ (هزینه های ضروری شامل خوراک، مسکن، مراقبت های درمانی و قبوض خدماتی مانند برق، گاز و آب می باشد)؟
بسیار دشوار است ☐ دشوار است ☐ تا حدی دشوار است ☐ چندان دشوار نیست ☐ اصلاً دشوار نیست ☐	
۱۰-۲۰	کدامیک از لوازم زیر را دارا می باشید؟
تلویزیون رنگی LCD/LED ☐ بلی ☐ خیر ☐	

		اجاق گاز فردار ☐ بلی ☐ خیر ☐ جاروبرقی ☐ بلی ☐ خیر ☐ ماشین لباسشویی دوقلو ☐ بلی ☐ خیر ☐ ماشین لباسشویی اتوماتیک ☐ بلی ☐ خیر ☐ ماشین ظرفشویی ☐ بلی ☐ خیر ☐ خشک کن ☐ بلی ☐ خیر ☐ رایانه (PC) ☐ بلی ☐ خیر ☐ لپ تاپ/ تبلت ☐ بلی ☐ خیر ☐ تلفن همراه هوشمند ☐ بلی ☐ خیر ☐ مایکروفر ☐ بلی ☐ خیر ☐
	🚩 در این سوال امکان انتخاب بیش از یک گزینه وجود دارد	
۱۱-۲۰	برای گرمایش منزل، اصلی ترین وسیله که استفاده می کنید، کدام است؟	چوب یا زغال ☐ شومینه گازی ☐ بخاری گازی ☐ بخاری نفتی ☐ شوفاژ یا پکیج ☐ کولرگازی یا اسپیلیت ☐ هیتر یا شوفاژ برقی ☐ گرمایش خورشیدی ☐ کرسی ☐
	🚩 <u>اصلی ترین وسیله</u> که فرد استفاده می کند تیک زده شود	

بخش بیست و یک – اطلاعات تماس

۱-۲۱ شماره تلفن ثابت فرد مصاحبه شونده بدون ذکر کد شهرستان: راهنمای ثبت شماره تلفن ثابت ➤ شماره تلفن ثابت اول: شماره تلفن منزل ثبت شود. ➤ شماره تلفن ثابت دوم: شماره تلفن محل کار ثبت شود. ➤ اگر خط تلفن ثابت وجود نداشته باشد، برای هر مورد عدد ۹۹۹۹ درج گردد.	۲-۲۱	شماره تلفن همراه فرد مصاحبه شونده: راهنمای ثبت شماره تلفن همراه ➤ شماره تلفن همراه خود فرد مصاحبه شونده ثبت شود. ➤ اگر فرد شماره همراه ندارد، شماره تلفن همراه یکی از اعضای خانوار درج شود. ➤ در صورتی که خانوار هیچ شماره همراهی ندارد، عدد ۹۹۹۹ ثبت گردد.
۳-۲۱ آیا تلفن همراه شما قابلیت اتصال به اینترنت و شبکه های اجتماعی را دارد؟ بلی ☐ خیر ☐	۴-۲۱	شماره تلفن (ثابت یا همراه) دو نفر از بستگان که در صورت لزوم بتوان با آنان تماس گرفت: نفر اول: نام و نام خانوادگی: نسبت با فرد مصاحبه شونده سرپرست ☐ همسر (زن / شوهر) ☐ پسر / دختر ☐ عروس / داماد ☐ نوه ☐ والدین سرپرست یا همسر ☐ برادر / خواهر سرپرست یا همسر ☐ عمو / دایی / خاله / عمه ☐ برادرزاده / خواهرزاده ☐ فرزند خوانده / فرزند همسر / فرزند رضاعی ☐ دیگر وابستگان / غیر خویشاوند ☐ شماره تلفن (ثابت با کد شهرستان یا همراه): نفر دوم:

نام و نام خانوادگی: نسبت با فرد مصاحبه‌شونده ☐ سرپرست ☐ همسر (زن/شوهر) ☐ پسر/دختر ☐ عروس/داماد ☐ نوه ☐ والدین سرپرست یا همسر ☐ برادر / خواهر سرپرست یا همسر ☐ عمو / دایی / خاله / عمه ☐ برادرزاده / خواهرزاده ☐ فرزند خوانده/ فرزند همسر/ فرزند رضاعی ☐ دیگر وابستگان / غیر خویشاوند ☐ شماره تلفن (ثابت با کد شهرستان یا همراه): راهنمای ثبت شماره تلفن بستگان ✚ حداقل یک شماره تلفن ثابت یا یک شماره تلفن همراه از بستگان فرد مصاحبه‌شونده ثبت شود. ✚ شماره‌ها باید به ترتیب نزدیکی نسبت با فرد مصاحبه‌شونده درج شوند.		
--	--	--