

## Kwestionariusz 30 pytań COVID-QOL (30 Item COVID-QOL Questionnaire)

Imię i Nazwisko: ..... Wiek: .....

	Data:	0	1	2	3	4
		NIGDY	RZADKO	CZASAMI	CZĘSTO	ZAWSZE
1	Niewyraźnie widzę, gdy patrzę na bliskie przedmioty.					
2	Mam podwójne widzenie. (Widzę dwa obiekty zamiast jednego.)					
3	Mam bóle głowy przy pracy z bliska.					
4	Kiedy czytam, słowa zlewają się ze sobą (łączą się).					
5	Moje oczy pieką, swędzą i łzawią.					
6	Zasypiam, kiedy czytam.					
7	Pod koniec dnia widzę gorzej.					
8	Pomijam lub powtarzam wiersze podczas czytania.					
9	Mam zawroty głowy lub mam nudności przy pracy z bliska.					
10	Podczas czytania przechylam głowę lub zasłaniam jedno oko.					
11	Mam trudności z przepisywaniem z tablicy.					
12	Unikam czytania z bliska (pracy).					
13	Podczas czytania pomijam krótkie słowa.					
14	Piszę „pod górę” lub „z górki” (moje pismo jest pochylone w górę lub w dół).					
15	Kolumny liczb są nierówne (przesunięte).					
16	Nie rozumiem, co czytam.					
17	Jestem słaba/ słaby w sporcie.					
18	Trzymam książkę bardzo blisko. (Trzymam czytany tekst bardzo blisko.)					
19	Mam problem ze skupieniem uwagi przy czytaniu.					
20	Mam trudności z realizacją zadań na czas.					
21	Często mówię „nie potrafię”, zanim spróbuję.					
22	Unikam sportów, zabaw ruchowych.					
23	Mam słabą koordynację oko/ręka. (Mam brzydkie pismo.)					
24	Nie oceniam dokładnie odległości.					
25	Jestem niezręczna/ niezręczny. (Potrącam / przewracam różne przedmioty.)					
26	Nie potrafię dobrze zaplanować sobie czasu.					
27	Nie radzę sobie z rozmiennianiem pieniędzy.					
28	Gubię papiery / rzeczy osobiste.					
29	Mam chorobę lokomocyjną.					
30	Jestem zapominalska / zapominalski. Mam słabą pamięć.					
suma punktów częściowa:						
suma punktów:						

Autorem kwestionariusza jest College of Optometrists in Vision Development (COVD - Stowarzyszenie Optometrystów Rozwojowych) - międzynarodowa instytucja zrzeszająca i certyfikująca optometrystów zajmujących się terapią widzenia.

Materiały do bezpłatnego udostępniania. Przetłumaczono na j. polski przez ONYA®.

## PUNKTACJA W KWESTIONARIUSZU

Skala natężenia objawów:

Nigdy – 0 punktów

Rzadko – 1 punkt

Czasami – 2 punkty

Często – 3 punkty

Zawsze – 4 punkty

Punkty uzyskane w poszczególnych skalach należy zsumować. Uzyskanie wyniku 20 punktów lub więcej wskazuje na konieczność konsultacji z optometrystą zajmującym się terapią widzenia (VT).

### COVID-QOL

**jako narzędzie do przesiewowego badania wzroku dzieci w wieku szkolnym.**

Kwestionariusz ma na celu **zasygnalizowanie** nieprawidłowości w zakresie funkcji wzrokowych utrudniających naukę czytania i pisanie oraz będących dodatkową przyczyną trudności w życiu szkolnym i społecznym dziecka, a w przyszłości dorosłego człowieka. Kwestionariusz COVID-QOL identyfikuje zaburzenia widzenia w trzech kategoriach: pogorszenia ostrości wzroku, anomalii w odpowiedzi akomodacyjnej i niewydolności konwergencji.

Większość dzieci wymagających pomocy okulisty i potrzebujących terapii widzenia (VT) posiada wieloczynnikowe dysfunkcje, których źródłem są m.in.: słaba motoryka duża, słaba motoryka mała, napięcie mięśniowe, słaba koncentracja uwagi i koordynacja oko-ręka, itp. Te problemy przyczyniają się do ograniczenia w przyswajaniu nowych treści, przetwarzania materiału liczbowego, przepisywania treści z tablicy, a w konsekwencji obniżają poczucie własnej wartości, dlatego tak ważne jest **zdiagnozowanie** dziecka już na etapie wczesnoszkolnym.

**Wykrycie symptomów** (punktacja 20 punktów i więcej w COVID-QOL) wskazujących na nieprawidłowości w zakresie funkcji wzrokowych powinno skutkować pokierowaniem dziecka na szczegółową diagnozę do specjalisty **optometrysty zajmującego się terapią widzenia (VT)**.