

生活质量评定量表（SF-12）

姓名_____ 性别： ☐男 ☐女

评定内容	选项	得分
1、总体而言，你认为你的健康状况如何？	极好 0 分 ☐ 非常好 0 分 ☐ 好 0 分 ☐ 相当不错 0 分 ☐ 差-2 分 ☐	
2、下列项目可能是你在某一天的活动。现在，这些活动对你的健康状况有影响吗？如果有，是多大程度？首先，适度活动诸如搬桌子，搞卫生，打保龄球或高尔夫球。这些对你的健康状况有限制吗？	限制很多 4 分 ☐ 限制一点点 2 分 ☐ 一点也没有限制 0 分 ☐	
3、爬几段楼梯。现在对你的健康状况有限制吗？	限制很多 3 分 ☐ 限制一点点 1 分 ☐ 一点也没有限制 0 分 ☐	
4、在过去四周，由于身体原因，至少对你想做的工作能实现吗？	不能 0 分 ☐ 能 1 分 ☐	
5、在过去四周，由于身体原因，对你的工作或日常活动有限制吗？	不 0 分 ☐ 是 2 分 ☐	
6、在过去四周，由于一些情感问题如感觉郁闷或焦虑，对你想做的工作能实现吗？	不能 0 分 ☐ 能-7 分 ☐	
7、在过去四周，由于一些情感问题如感觉郁闷或焦虑，你是不是不能像往常一样工作或做其他活动？	不 0 分 ☐ 是-6 分 ☐	
8、在过去四周，疼痛在多大程度上妨碍你的正常工作（包括家外和家务劳动）？	一点也不 0 分 ☐ 轻微 1 分 ☐ 中度 1 分 ☐ 有一点 2 分 ☐ 严重影响 1 分 ☐	
9、这些问题是关于在过去四周对你身边的一些事情的感觉。对每一个问题，请给出一个接近你感觉的回答。在过去四周，你感觉有多长时间是平静的？	整个时间 0 分 ☐ 大部分时间-2 分 ☐ 好长时间-4 分 ☐ 有些时间-6 分 ☐ 一点时间-8 分 ☐ 一点时间也没有-10 分 ☐	
10、在过去四周，你精力充沛有多长时间？	整个时间 0 分 ☐ 大部分时间-1 分 ☐ 好长时间-2 分 ☐ 有些时间-3 分 ☐ 一点时间-5 分 ☐ 一点时间也没有-6 分 ☐	
11、在过去四周，你有多长时间感觉不舒服？	整个时间-16 分 ☐ 大部分时间-11 分 ☐ 好长时间-8 分 ☐ 有些时间-5 分 ☐ 一点时间-2 分 ☐ 一点时间也没有 0 分 ☐	
12、在过去四周，你的健康状况或情感问题有多长时间干涉你的社交活动（像访友，亲戚等）？	整个时间-6 分 ☐ 大部分时间-8 分 ☐ 有些时间-6 分 ☐ 一点时间-3 分 ☐ 一点时间也没有 0 分 ☐	

在选项 ☐ 打√

本次评分总分： _____分

图 1