



پرسشنامه وزوز (TQ)

لطفاً پس از خواندن هر جمله یکی از گزینه های بله ، تاحدودی ، خیر را علامت بزنید. دقت فرمایید

که همه سوالات پاسخ داده شود.

بسمه تعالی

1	گاهی می توانم وزوز را فراموش کنم.	بله	تاحدودی	خیر
2	هنگام وجود وزوز نمی توانم از شنیدن صدای موسیقی لذت ببرم.	بله	تاحدودی	خیر
3	انصاف نیست که من از وزوز رنج ببرم.	بله	تاحدودی	خیر
4	به دلیل وجود وزوز شب ها از خواب می پرم.	بله	تاحدودی	خیر
5	در تمام مدتی که بیدار هستم وزوز خود را می شنوم.	بله	تاحدودی	خیر
6	بود و نبود وزوز هیچ فرقی به حال نمی کند.	بله	تاحدودی	خیر
7	بیشتر اوقات، شدت وزوز نسبتاً کم است.	بله	تاحدودی	خیر
8	نگرانم از این که وزوز مرا از لحاظ عصبی درمانده و مستاصل کند.	بله	تاحدودی	خیر
9	هنگام وجود وزوز مشکل است که بگویم صداهای اطراف از کجا می آید.	بله	تاحدودی	خیر
10	صدای وزوز واقعاً ناخوشایند است.	بله	تاحدودی	خیر
11	هرگز نمی توانم وزوز را فراموش کنم.	بله	تاحدودی	خیر
12	بدلیل وجود وزوز هنگام صبح زودتر از خواب بیدار می شوم.	بله	تاحدودی	خیر
13	نگرانم از این که بالاخره چه زمانی می توانم بر این مشکل خود غلبه کنم.	بله	تاحدودی	خیر
14	هنگام وجود وزوز مشکل است که در یک زمان به صحبت های چند گوینده گوش بدهم.	بله	تاحدودی	خیر
15	بیشتر اوقات ، صدای وزوز من بلند است.	بله	تاحدودی	خیر

16	بدلیل وجود وزوز نگرانم از اینکه یک بیماری جدی در بدن من وجود داشته باشد.	بله	تاحدودی	خیر
17	اگر وزوز من درمان نشود ، زندگی برایم بی ارزش خواهد شد.	بله	تاحدودی	خیر
18	بدلیل وجود وزوز تا حدودی اعتماد به نفسم را از دست داده ام.	بله	تاحدودی	خیر
19	ای کاش یک نفر این مشکل مرا درک می کرد.	بله	تاحدودی	خیر
20	حتی هنگام انجام فعالیت، وزوز حواس مرا پرت می کند.	بله	تاحدودی	خیر
21	افراد بسیار کمی می توانند با این مشکل کنار بیایند.	بله	تاحدودی	خیر
22	بعضی اوقات، وزوز باعث ایجاد درد در گوش یا سر من می شود.	بله	تاحدودی	خیر
23	هنگامی که سر حال نیستم و نسبت به وزوز بدبین هستم، وزوز من بدتر می شود.	بله	تاحدودی	خیر
24	به دلیل وجود وزوز نسبت به اطرافیان خود کج خلق و زود غضب شده ام.	بله	تاحدودی	خیر
25	بدلیل وجود وزوز بعضی از عضلات سر و گردن من کشیده می شود.	بله	تاحدودی	خیر
26	هنگام وجود وزوز صدای گوینده برایم نا مفهوم می شود.	بله	تاحدودی	خیر
27	اگر وزوز من خوب نشود عاقبت بسیار بدی خواهم داشت.	بله	تاحدودی	خیر
28	نگران از اینکه وزوز به سلامتی جسمی من آسیب برساند.	بله	تاحدودی	خیر
29	به نظر میرسد که وزوز را در سمت راست سر خود می شنوم.	بله	تاحدودی	خیر
30	وزوز تقریباً عامل تمام مشکلات من است.	بله	تاحدودی	خیر
31	خواب مشکل اصلی من است.	بله	تاحدودی	خیر
32	طرز فکر من است که وزوز را بدتر می کند نه خود وزوز.	بله	تاحدودی	خیر
33	هنگام وجود وزوز در پیگیری صحبت‌های دیگران دچار مشکل می شوم.	بله	تاحدودی	خیر
34	بیشتر اوقات، وزوز آنقدر بلند است که نمی توانم آن را فراموش کنم.	بله	تاحدودی	خیر
35	بیشتر اوقات، وزوز آنقدر بلند است که نمی توانم آن را فراموش کنم.	بله	تاحدودی	خیر
36	وزوز باعث شده که دیر به خواب بروم.	بله	تاحدودی	خیر
37	بعضی اوقات، هنگامی که به وزوز خود فکر میکنم عصبانی می شوم.	بله	تاحدودی	خیر
38	وزوز باعث شده که در استفاده از تلفن مشکل پیدا کنم.	بله	تاحدودی	خیر
39	وزوز مرا در معرض احساس ضعف و سستی بیشتری قرار داده است.	بله	تاحدودی	خیر

40	هنگامی که مشغول انجام فعالیت های مورد علاقه خود هستم وزوز را فراموش میکنم	بله	تاحدودی	خیر
41	بدلیل وجود وزوز مشکلات زندگی بر من غلبه کرده است.	بله	تاحدودی	خیر
42	من همیشه در مورد گوشم کمی حساس بوده ام.	بله	تاحدودی	خیر
43	بیشتر اوقات، با خود فکر می کنم آیا وزوز من درمان می شود یا خیر.	بله	تاحدودی	خیر
44	فکر می کنم که می توانم با وزوز خود کنار بیایم.	بله	تاحدودی	خیر
45	وزوز من هرگز درمان نمی شود.	بله	تاحدودی	خیر
46	کسی که اعتماد به نفس دارد این مشکل خود را آسان تر می پذیرد.	بله	تاحدودی	خیر
47	من قربانی این بیماری شده ام.	بله	تاحدودی	خیر
48	وزوز بر تمرکز حواس من تأثیر گذاشته است.	بله	تاحدودی	خیر
49	وزوز هم، یکی از مشکلاتی است که مجبورم با آن زندگی کنم.	بله	تاحدودی	خیر
50	بدلیل وجود وزوز نمی توانم از رادیو و تلویزیون لذت ببرم.	بله	تاحدودی	خیر
51	گاهی وزوز باعث سر درد های بدی در من می شود.	بله	تاحدودی	خیر
52	همیشه خواب من سبک بوده است.	بله	تاحدودی	خیر

لطفاً اگر توصیفی از وزوز خود دارید بیان کنید:

Result:

تهران: خ انقلاب خ ابوریحان خ نظری پلاک ۴۴ واحد ۱ تلفن ۶۶۴۶۱۸۱۹

www.khosro.goorabi.ir www.earlife.ir