

## EDE-Q<sup>i</sup>

**Instruktioner: Följande frågor handlar enbart om de senaste fyra veckorna (28 dagar). Var vänlig läs varje fråga noga. Vänligen besvara alla frågorna. Tack.**

**Frågor 1-12: Var vänlig ringa in lämplig siffra till höger om respektive fråga. Kom ihåg att frågorna enbart gäller de senaste 4 veckorna (28 dagar).**

Under hur många av de senaste 28 dagarna...	Inga dagar	1-5 dagar	6-12 dagar	13-15 dagar	16-22 dagar	23-27 dagar	varje dag
1) Har du avsiktligt <i>försökt</i> att begränsa mängden mat du äter i syfte att påverka din vikt eller figur (oavsett om du har lyckats eller ej)?	0	1	2	3	4	5	6
2) Har du låtit bli att äta någonting alls under långa perioder (8 timmar eller mer, under din vakna tid) i syfte att påverka din vikt eller figur?	0	1	2	3	4	5	6
3) Har du <i>försökt</i> att undvika att äta någon mat som du gillar, i syfte att påverka din vikt eller figur (oavsett om du har lyckats eller ej)?	0	1	2	3	4	5	6
4) Har du <i>försökt</i> att följa bestämda regler avseende ditt ätande (t.ex. en kalori gräns) för att påverka din vikt eller figur (oavsett om du har lyckats eller ej)?	0	1	2	3	4	5	6
5) Har du haft en klar önskan att vara <i>tom</i> i magen med målet att påverka din vikt eller figur?	0	1	2	3	4	5	6
6) Har du haft en stark önskan om att din <i>mage</i> ska vara <i>helt platt</i> ?	0	1	2	3	4	5	6
7) Har tankar om <i>mat, ätande eller kaloriinnehåll</i> lett till svårigheter för dig att koncentrera dig på saker du är intresserad av (t.ex. att arbeta, följa ett samtal eller läsa)?	0	1	2	3	4	5	6
8) Har tankar om <i>vikt eller figur</i> försämrat din koncentration för saker du är intresserad av (t.ex. att arbeta, följa ett samtal eller läsa)?	0	1	2	3	4	5	6
9) Har du haft en klar rädsla för att tappa kontrollen över ditt ätande?	0	1	2	3	4	5	6
10) Har du haft en klar rädsla för att gå upp i vikt?	0	1	2	3	4	5	6
11) Har du känt dig tjock?	0	1	2	3	4	5	6
12) Har du haft en stark önskan att gå ner i vikt?	0	1	2	3	4	5	6

**Frågor 13-18: Vänligen skriv lämplig siffra till höger om frågan. Kom ihåg att frågorna bara gäller de senaste 4 veckorna (28 dagar)**

Under de senaste 4 veckorna (28 dagar)...

---

13) Under de senaste 28 dagarna, *hur många gånger* har du ätit vad andra skulle betrakta som en *ovanligt stor mängd mat* (givet omständigheterna)? \_\_\_\_\_

14) Under hur många av de här tillfällena hade du en känsla av att du har tappat kontrollen över ditt ätande (under tiden du höll på att äta)? \_\_\_\_\_

15) Under hur många av de senaste 28 *dagarna* inträffade sådana episoder av överätning (dvs, då du ätit en ovanligt stor mängd mat *och* du hade en känsla av kontrollförlust under tiden du åt)? \_\_\_\_\_

16) Under de senaste 28 dagarna, hur många *gånger* har du tvingat dig själv att kräkas som ett sätt för att kontrollera din vikt eller figur? \_\_\_\_\_

17) Under de senaste 28 dagarna, hur många *gånger* har du tagit laxermedel som ett sätt för att kontrollera din vikt eller figur? \_\_\_\_\_

18) Under de senaste 28 dagarna, hur många *gånger* har du tränat på ett överdrivet eller tvångsmässigt sätt för att kontrollera din vikt, figur, mängden fett eller för att bränna kalorier? \_\_\_\_\_

---

**Frågor 19-21: Vänligen ringa in lämplig siffra. Notera att ordet "hetsätning" i dessa frågor betyder det som andra i din ålder och av ditt kön skulle betrakta som en ovanligt stor mängd mat för omständigheterna samtidigt förenad med känsla av kontrollförlust över ätandet.**

---

19) Under hur många av de senaste 28 dagarna, har du ätit i hemlighet (dvs. i smyg)? ...Bortse från episoder av hetsätning	Inga dagar	1-5 dagar	6-12 dagar	13-15 dagar	16-22 dagar	23-27 dagar	varje dag
	0	1	2	3	4	5	6

---

20) Vid hur stor del av de gångerna som du har ätit har du känt skuld (känt att du har gjort något fel) på grund av påverkan på din vikt eller figur? ...Bortse från episoder av hetsätning	Ingen gång	Några få gånger	Mindre än hälften	Hälften av gångerna	Mer än hälften	De flesta gånger	Alla gånger
	0	1	2	3	4	5	6

---

21) Under de senaste 28 dagarna, hur bekymrad har du varit över att andra ska se dig äta? ...Bortse från episoder av hetsätning	Inte alla	Lite grand			Måttligt	Märkbart	
	0	1	2	3	4	5	6

---

**Frågor 22-28: Ringa in den siffra till höger om respektive fråga som är lämplig. Kom ihåg att frågorna gäller bara de senaste 4 veckorna (28 dagar)**

Under de senaste 28 dagarna:	Inte alls 0	1	Lite grand 2	3	Måttligt 4	5	Märkbart 6
22) Har din <i>vikt</i> (siffrorna på vågen) påverkat hur du tänker om (bedömer) dig själv som person?	0	1	2	3	4	5	6
23) Har din <i>figur</i> påverkat på hur du tänker om (bedömer) dig själv som person?	0	1	2	3	4	5	6
24) Hur upprörd skulle du bli om du skulle bli ombedd att bara väga dig en gång i veckan (varken mer eller mindre ofta) under de kommande fyra veckorna?	0	1	2	3	4	5	6
25) Hur missnöjd har du varit med din <i>vikt</i> (siffrorna på vågen)?	0	1	2	3	4	5	6
26) Hur missnöjd har du varit med din <i>figur</i> ?	0	1	2	3	4	5	6
27) Hur illa till mods har <i>du</i> känt dig när du har tittat på din kropp (t.ex. i spegel, i affärernas skyltfönster, vid klädbyte eller när du har tagit en dusch eller ett bad)?	0	1	2	3	4	5	6
28) Hur illa till mods har du känt dig när <i>andra</i> har sett din kropp (t.ex. i omklädningsrum, när du har simmat eller haft åtsittande kläder)?	0	1	2	3	4	5	6

Hur mycket väger du nu? (Försök göra en så bra uppskattning som möjligt) \_\_\_\_\_

Hur lång är du? (Försök göra en så bra uppskattning som möjligt) \_\_\_\_\_

För kvinnor: Under de senaste 3-4 månaderna har du missat någon mensperiod? \_\_\_\_\_

Om Ja, hur många? \_\_\_\_\_

Har du ätit p-piller under de senaste 3-4 månaderna? \_\_\_\_\_

<sup>i</sup> Svensk översättning och bearbetning av Ata Ghaderi och Elisabeth Welch, Institutionen för psykologi, Uppsala universitet, 2008. Vid all publikation måste följande referenser anges:

Fairburn, C. G., & Beglin S. J. (2008). Eating Disorders Examination Questionnaire (EDE-Q 6.0). In C. G. Fairburn, Cognitive Behavior Therapy and Eating Disorders, New York: Guilford Press.

Welch, E., Birgegård, A., Parling, T., & Ghaderi, A. (2011). Eating Disorder Examination Questionnaire and Clinical Impairment Assessment Questionnaire: General population and clinical norms for young adult women in Sweden. *Behaviour Research and Therapy*, 49, 85-91.