

Version Control

Version	Date	Description of Changes	Changes to ID(s)	Author
V0.01	13/10/2025	Added initial screenshots		Inga Lipska
V0.02	-	-		-
V0.03	21/01/2026	Updated screens for Questions 1-8		Inga Lipska
V1.00	26/01/2026	Final screens		RWS

PROMIS



শারীরিক সক্ষমতা – সংক্ষিপ্ত প্রশ্নমালা 8c ৭-দিন

PROMIS® Item Bank v2.0 – Physical
Function – Short Form 8c 7-Day

[শুরু করুন](#)



PROMIS



অনুগ্রহ করে প্রতিটি প্রশ্নের জন্য
একটি উত্তর নির্বাচন করে প্রতিটি
আইটেমের উত্তর দিন।

পরবর্তী

13:07 100

< PROMIS X

গত ৭ দিন...

আপনি কি নিচু হয়ে ঝুঁকে পড়ে মাটি থেকে কাপড়-জামা তুলতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত

☐ খুব অল্প সমস্যাসহ

প্রশ্ন এড়িয়ে যাবেন?

আপনি কি নিশ্চিত যে আপনি প্রশ্নটি এড়িয়ে যেতে চান?

বাতিল করুন হ্যাঁ

পরবর্তী

13:07 100

< PROMIS X

গত ৭ দিন...

আপনি কি নিচু হয়ে ঝুঁকে পড়ে মাটি থেকে কাপড়-জামা তুলতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত

☐ খুব অল্প সমস্যাসহ

☐ সামান্য সমস্যাসহ

☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ

☐ করতে সক্ষম নই

পরবর্তী

13:07 100

< PROMIS X

গত ৭ দিন...

আপনি কি নিচু হয়ে ঝুঁকে পড়ে মাটি থেকে কাপড়-জামা তুলতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত

☐ খুব অল্প সমস্যাসহ

☐ সামান্য সমস্যাসহ

☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ

☒ করতে সক্ষম নই

পরবর্তী

13:07

100

13:07

100



PROMIS



PROMIS



গত ৭ দিন...

আপনি কি হাতলবিহীন পিঠ-সোজা চেয়ার থেকে উঠে
দাঁড়াতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত☐ খুব অল্প সমস্যাসহ☐ সামান্য সমস্যাসহ☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ☐ করতে সক্ষম নই

গত ৭ দিন...

আপনি কি হাতলবিহীন পিঠ-সোজা চেয়ার থেকে উঠে
দাঁড়াতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত☐ খুব অল্প সমস্যাসহ☐ সামান্য সমস্যাসহ☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ☒ করতে সক্ষম নই

পরবর্তী

পরবর্তী

13:07

100

13:07

100



PROMIS



PROMIS



গত ৭ দিন...

আপনি কি জুতোর ফিতে বাঁধা এবং আপনার জামার বোতাম লাগানো সহ নিজের জামাকাপড় নিজেই পরতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত☐ খুব অল্প সমস্যাসহ☐ সামান্য সমস্যাসহ☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ☐ করতে সক্ষম নই

গত ৭ দিন...

আপনি কি জুতোর ফিতে বাঁধা এবং আপনার জামার বোতাম লাগানো সহ নিজের জামাকাপড় নিজেই পরতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত☐ খুব অল্প সমস্যাসহ☐ সামান্য সমস্যাসহ☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ☒ করতে সক্ষম নই

পরবর্তী

পরবর্তী

13:07

100

<

PROMIS

×

গত ৭ দিন...

আপনি কি স্বাভাবিক গতিতে সিঁড়ি বেয়ে উপরে উঠতে ও নিচে নামতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত

☐ খুব অল্প সমস্যাসহ

☐ সামান্য সমস্যাসহ

☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ

☐ করতে সক্ষম নই

পরবর্তী

13:07

100

<

PROMIS

×

গত ৭ দিন...

আপনি কি স্বাভাবিক গতিতে সিঁড়ি বেয়ে উপরে উঠতে ও নিচে নামতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত

☐ খুব অল্প সমস্যাসহ

☐ সামান্য সমস্যাসহ

☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ

☒ করতে সক্ষম নই

পরবর্তী

13:07

.... 100

13:07

.... 100

<

PROMIS

×

<

PROMIS

×

গত ৭ দিন...

আপনি কি নিজে হাতে আপনার শরীর ধুতে ও তা তোয়ালে দিয়ে মুছে নিতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত

☐ খুব অল্প সমস্যাসহ

☐ সামান্য সমস্যাসহ

☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ

☐ করতে সক্ষম নই

গত ৭ দিন...

আপনি কি নিজে হাতে আপনার শরীর ধুতে ও তা তোয়ালে দিয়ে মুছে নিতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত

☐ খুব অল্প সমস্যাসহ

☐ সামান্য সমস্যাসহ

☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ

☒ করতে সক্ষম নই

পরবর্তী

পরবর্তী

13:07

100

<

PROMIS

×

গত ৭ দিন...

আপনি কি অন্ততপক্ষে ১৫ মিনিট হাঁটতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত

☐ খুব অল্প সমস্যাসহ

☐ সামান্য সমস্যাসহ

☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ

☐ করতে সক্ষম নই

13:07

100

<

PROMIS

×

গত ৭ দিন...

আপনি কি অন্ততপক্ষে ১৫ মিনিট হাঁটতে সক্ষম?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা ব্যতীত

☐ খুব অল্প সমস্যাসহ

☐ সামান্য সমস্যাসহ

☐ অনেক বেশি সমস্যাসহ

☒ করতে সক্ষম নই

পরবর্তী

পরবর্তী

13:07

100

13:07

100

<

PROMIS

×

<

PROMIS

×

গত ৭ দিন...

আপনার বর্তমান স্বাস্থ্য কি দৌড়ানো, ভারী বস্তু তোলা, কঠোর পরিশ্রমের খেলাধুলায় অংশ নেওয়া, ইত্যাদি ভারী পরিশ্রমের কাজ করার ক্ষেত্রে আপনার জন্য সমস্যা সৃষ্টি করে?

☐ একেবারেই না
 ☐ খুব কম
 ☐ কিছুটা
 ☐ বেশ খানিকটা
 ☐ করতে পারি না

পরবর্তী

গত ৭ দিন...

আপনার বর্তমান স্বাস্থ্য কি দৌড়ানো, ভারী বস্তু তোলা, কঠোর পরিশ্রমের খেলাধুলায় অংশ নেওয়া, ইত্যাদি ভারী পরিশ্রমের কাজ করার ক্ষেত্রে আপনার জন্য সমস্যা সৃষ্টি করে?

☐ একেবারেই না
 ☐ খুব কম
 ☐ কিছুটা
 ☐ বেশ খানিকটা
 ☒ করতে পারি না

পরবর্তী

13:07

100

<

PROMIS

×

গত ৭ দিন...

আপনার স্বাস্থ্যের কারণে, আপনার দৈনন্দিন শারীরিক কার্যকলাপগুলি করতে কতটা সমস্যা হয়?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা হয় না

☐ খুব অল্প সমস্যা

☐ সামান্য সমস্যা

☐ অনেক বেশি সমস্যা

☐ স্বাস্থ্যের কারণে করতে সক্ষম নই

পরবর্তী

13:07

100

<

PROMIS

×

গত ৭ দিন...

আপনার স্বাস্থ্যের কারণে, আপনার দৈনন্দিন শারীরিক কার্যকলাপগুলি করতে কতটা সমস্যা হয়?

☐ কোনো ধরনের সমস্যা হয় না

☐ খুব অল্প সমস্যা

☐ সামান্য সমস্যা

☐ অনেক বেশি সমস্যা

☒ স্বাস্থ্যের কারণে করতে সক্ষম নই

পরবর্তী



PROMIS



সংরক্ষণ করতে 'জমা দিন'-এ ক্লিক
করুন বা পর্যালোচনা করতে ব্যাক
অ্যারো ক্লিক করুন

জমা করুন



প্রশ্নগুলি সম্পূর্ণ করতে সময়
দেওয়ার জন্য আপনাকে ধন্যবাদ।
আপনার কোনো লক্ষণ বা উদ্বেগ
থাকলে অনুগ্রহ করে আপনার
অধ্যয়ন দলের সাথে এগুলি
আলোচনা করুন।

বন্ধ করুন