|  |
| --- |
| Marx SCale |
| (Patient completed) |

ﻟﻄﻔﺎ ﺑﺎ ﺗﻮﺟﻪ ﺑﻪ ﺟﺪول زﯾﺮ ﺑﻪ ﻣﯿﺰان ﻓﻌﺎﻟﯿﺖ ﺧﻮد در ﺳﺎل ﮔﺬﺷﺘﻪ ﻧﻤﺮه دﻫﯿﺪ،

در ﻫﺮ ﺳﻄﺮﺗﻨﻬﺎ ﯾﮏ ﮔﺰﯾﻨﻪ را اﻧﺘﺨﺎب ﮐﻨﯿﺪ

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| بیش از4نوبت درهفته | دوتا سه نوبت درهفته | یک نوبت درهفته | ماهانه | کمترازیک باردرماه |  |
| 4 | 3 | 2 | 1 | 0 | دوﯾﺪن ﺣﯿﻦ ورزش |
| 4 | 3 | 2 | 1 | 0 | ﺗﻐﯿﯿﺮ ﺟﻬﺖ ﺣﯿﻦ دوﯾﺪن |
| 4 | 3 | 2 | 1 | 0 | ﮐﺎﻫﺶ ﺳﺮﻋﺖ ﺣﯿﻦ دوﯾﺪن وایستادن ناگهانی |
| 4 | 3 | 2 | 1 | 0 | ﭼﺮﺧﺶ ﺑﺪن ﺑﺎ ﭘﺎي ﺛﺎﺑﺖﺑﺮاي ﻣﺜﺎل: اﺳﮑﯽ، اﺳﮑﯿﺖ و  |