

Binge Eating Disorder Questionnaire (BED-Q).

Angiv hvor mange episoder med tvangsoverspisning du har haft om ugen gennem de seneste tre måneder. Tvangsoverspisning betyder, at du indenfor kort tid (fx to timer) spiser væsentligt mere, end hvad der er normalt, og at du ikke kan kontrollere, hvor meget du spiser.

Sæt kryds ("X") ved hvor mange episoder med tvangsoverspisning du har haft om ugen.

Hvis det er forskelligt, hvor mange episoder med tvangsoverspisning du har haft om ugen, gennem de seneste tre måneder, så angiv et gennemsnit (fx 20 episoder på 12 uger = 1-3 episoder om ugen).

Har du ikke haft episoder med tvangsoverspisning indenfor de seneste tre måneder, skal du svare "Nej" i alle spørgsmålene.

Husk at besvare alle spørgsmålene (1 - 9).

Indenfor de seneste tre måneder, har du:	Nej	Ja, mindre end 1 gang om ugen	Ja, 1-3 gange om ugen	Ja, 4-7 gange om ugen	Ja, 8-13 gange om ugen	Ja, 14 eller flere gange om ugen
1. Haft episoder med tvangsoverspisning? (dvs. du indenfor et kort tidsrum (fx to timer) spiste væsentligt mere end hvad der er normalt)?	0	1	2	3	4	5
2. Mistet kontrollen over din spisning ved disse episoder? (fx at du ikke kunne stoppe med at spise, eller kontrollere, hvor meget du spiste?)	0	1	2	3	4	5
3. Haft episoder med tvangsoverspisning, hvor du spiste hurtigere end normalt?	0	1	2	3	4	5
4. Haft episoder med tvangsoverspisning, hvor du spiste, til du var ubehagelig mæt?	0	1	2	3	4	5
5. Haft episoder med tvangsoverspisning, hvor du spiste store mængder mad, selvom du ikke var sulten?	0	1	2	3	4	5
6. Haft episoder med tvangsoverspisning, hvor du spiste alene, fordi du var flov over, hvor meget du spiste?	0	1	2	3	4	5
7. Haft episoder med tvangsoverspisning, hvor du følte væmmelse, depression eller skyld efter episoderne?	0	1	2	3	4	5
8. Kastet op, efter episoder med tvangsoverspisning?	0	1	2	3	4	5

9. Er du meget belastet af dine episoder med tvangsoverspisning? (Ja/Nej)

Scoringsnøgle

BED diagnostisk score (se grå-farvede felter i skemaet nedenfor)

For at opfylde kriterier for en BED diagnose skal:

- Både spørgsmål 1 og 2 være 2 eller højere.
- Mindst tre spørgsmål fra 3 til 7 være 2 eller højere.
- Spørgsmål 8 besvares med "Nej" eller "Ja, mindre end 1 gang om ugen".
- Spørgsmål 9 besvares med "Ja".

Indenfor de seneste tre måneder, har du:	Nej	Ja, mindre end 1 gang om ugen	Ja, 1-3 gange om ugen	Ja, 4-7 gange om ugen	Ja, 8-13 gange om ugen	Ja, 14 eller flere gange om ugen
1. Haft episoder med tvangsoverspisning? (dvs. du indenfor et kort tidsrum (fx to timer) spiste væsentligt mere end hvad der er normalt)?	0	1	2	3	4	5
2. Mistet kontrollen over din spisning ved disse episoder? (fx at du ikke kunne stoppe med at spise, eller kontrollere, hvor meget du spiste?)	0	1	2	3	4	5
3. Haft episoder med tvangsoverspisning, hvor du spiste hurtigere end normalt?	0	1	2	3	4	5
4. Haft episoder med tvangsoverspisning, hvor du spiste, til du var ubehagelig mæt?	0	1	2	3	4	5
5. Haft episoder med tvangsoverspisning, hvor du spiste store mængder mad, selvom du ikke var sulten?	0	1	2	3	4	5
6. Haft episoder med tvangsoverspisning, hvor du spiste alene, fordi du var flov over, hvor meget du spiste?	0	1	2	3	4	5
7. Haft episoder med tvangsoverspisning, hvor du følte væmmelse, depression eller skyld efter episoderne?	0	1	2	3	4	5
8. Kastet op, efter episoder med tvangsoverspisning?	0	1	2	3	4	5

9. Er du meget belastet af dine episoder med tvangsoverspisning? (Ja/Nej)

BED belastningsscore:

Skalaen scores ved sammentælling af spørgsmål 1-7 fra 0-5 (spørgsmål 8 tælles ikke med):

0 = Ingen BED symptomer

1-9 = Sub-kliniske BED symptomer

10-14 = Mulig indikation for BED, mild grad

15-21 = Mulig indikation for BED, moderat grad

22-28 = Mulig indikation for BED, svær grad

29-35 = Mulig indikation for BED, ekstrem grad

Minimum er 0; Maksimum er 35