

Jméno: .....

Příjmení: .....

Datum narození: .....

## DOTAZNÍK JÍDELNÍCH ZVYKLOSTÍ

„BITE“ (Bulimic Investigatory Test, Edinburgh)

M. Henderson, C. P. L. Freeman; Brit. J. Psychiatry, 150,1987 s.18-24

- |   |                      |    |
|---|----------------------|----|
| 1. Jíte denně pravidelně?   | ano                  | ne |
| 2. Můžete vždy, kdykoliv chcete přestat jíst?   | ano                  | ne |
| 3. Jste schopni zanechat jídla a ponechat zbytky jídla na talíři?   | ano                  | ne |
| 4. Určuje množství jídla, které sníte, Váš pocit hladu Či nasycení?   | ano                  | ne |
| 5. Považujete své stravovací zvyklosti za správné?  | ano                  | ne |
| 6. Dodržujete přísné diety?   | ano                  | ne |
| 7. Máte pocit neúspěchu, přerušíte-li někdy dietní léčbu?   | ano                  | ne |
| 8. Počítáte si energetický obsah všeho, co sníte, i když právě nedodržujete dietu?  | ano                  | ne |
| 9. Hladovíte někdy po celý den?   | ano                  | ne |
| 10. Jestliže ano, jak často se to stává?  |                      |    |
|   | ob den               | 5  |
|   | 2-3x za týden        | 4  |
|   | 1x za týden          | 3  |
|   | jen občas            | 2  |
|   | pouze jedenkrát      | 1  |
| 11. Pokusil jste se zredukovat váhu pomocí pilulek na hubnutí, diuretik (léků zvyšujících tvorbu moči), laxancií (léků na stolici) či pomocí vynuceného zvracení? |                      |    |
|   | nikdy                | 0  |
|   | občas                | 2  |
|   | jednou týdně         | 3  |
|   | 2-3x do týdne        | 4  |
|   | denně                | 5  |
|   | 2-3x za den          | 6  |
|   | 5x a vícekrát za den | 7  |
| 12. Narušuje Váš způsob stravování významně Váš život?  | ano                  | ne |
| 13. Můžete říci, že jídlo má ve Vašem životě dominantní postavení?  | ano                  | ne |
| 14. Stává se Vám někdy, že jíte a jíte, dokud Vás nezaráží pocit nevolnosti?  | ano                  | ne |
| 15. Máte někdy období, že jediné, o čem můžete přemýšlet, je jídlo?   | ano                  | ne |
| 16. Před druhými jíte s mírou, avšak v soukromí si to vynahradíte?  | ano                  | ne |
| 17. Máte zkušenost s nepřekonatelným nutkáním jíst a jíst a jíst?   | ano                  | ne |
| 18. Pociťujete-li úzkost, máte sklon hodně jíst?  | ano                  | ne |
| 19. Děsí Vás myšlenky, že budete otlýlý?  | ano                  | ne |
| 20. Jíte rychle velká množství potravy v období mezi hlavními jídly?  | ano                  | ne |
| 21. Stydíte se za své jídelní zvyklosti?  | ano                  | ne |
| 22. Obáváte se, že nejste schopni kontrolovat množství jídla, které sníte?  | ano                  | ne |
| 23. Utíkáte k jídlu abyste získal pocit pohody?   | ano                  | ne |
| 24. Klamete jiné lidi, když hovoříte o tom, jak mnoho jíte?   | ano                  | ne |
| 25. Sněd jste někdy naráz hltavě velké množství jídla?  | ano                  | ne |
| 26. Jestliže ano, udělalo se Vám po takovém přejedení špatně?   | ano                  | ne |
| 27. Velké množství jídla hltavě spořádáte jen tehdy, když jste sám?   | ano                  | ne |
| 28. Jak často se Vám stane, že hltavě naráz sníte velké množství jídla?   |                      |    |
|   | zřídka               | 1  |
|   | 1x měsíčně           | 2  |
|   | 1x týdně             | 3  |
|   | 2-3x týdně           | 4  |
|   | denně                | 5  |
|   | 2-3x za den          | 6  |
| 29. Šel byste i velké vzdálenosti, když byste měl uspokojit své nutkání sníst najednou velké množství jídla?  | ano                  | ne |
| 30. Máte pocit velkého provinění, když se přejídáte?  | ano                  | ne |
| 31. Jíte někdy v tajnosti?  | ano                  | ne |
| 32. Kolísá Vaše váha během týdne o více než 2,5 kg?   | ano                  | ne |
| 33. Pociťujete vnitřní nutkání k jídlu?   | ano                  | ne |