

The Persian version of the COVID Stress Scales (Persian-CSS)

اصلا	کم	تقریبا	زیاد	به شدت	
۰	۱	۲	۳	۴	۱- من نگران ابتلا به ویروس کرونا هستم.
۰	۱	۲	۳	۴	۲- من نگران هستم که نتوانم خانواده ام را از ویروس کرونا محافظت کنم.
۰	۱	۲	۳	۴	۳- من نگران هستم که سیستم بهداشت و درمان قادر به محافظت از عزیزان من نباشد.
۰	۱	۲	۳	۴	۴- من نگران هستم که سیستم بهداشت و درمان قادر به محافظت از من در برابر ویروس کرونا نباشد.
۰	۱	۲	۳	۴	۵- من نگران هستم که رعایت بهداشت عمومی (به عنوان مثال، شستشوی دست) به اندازه‌ای نباشد که من را در برابر ویروس کرونا محافظت کند.
۰	۱	۲	۳	۴	۶- نگران این هستم که فاصله گذاری اجتماعی برای حفظ امنیت من در برابر ویروس کرونا کافی نباشد.
۰	۱	۲	۳	۴	۷- من نگران تمام شدن مواد غذایی موجود در فروشگاه ها هستم.
۰	۱	۲	۳	۴	۸- من نگران هستم که فروشگاه های مواد غذایی بسته شوند.
۰	۱	۲	۳	۴	۹- من نگران تمام شدن مواد شوینده و ضد عفونی کننده در فروشگاه ها هستم.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۰- من نگران این هستم که داروهای سرماخوردگی یا آنفولانزا در داروخانه ها تمام شوند.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۱- من نگران این هستم که آب در فروشگاه ها تمام شود.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۲- من نگران این هستم که داروهای تجویز شده در نسخه در داروخانه ها تمام شوند.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۳- من نگران این هستم که خارجی ها ویروس کرونا را در کشور من انتشار دهند.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۴- در صورتی که بخواهم به رستوران غذاهای خارجی بروم، نگران ابتلا به ویروس کرونا خواهم بود.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۵- من نگران تماس با افراد خارجی هستم زیرا ممکن است ویروس کرونا داشته باشند.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۶- در صورتی که با شخصی خارجی ملاقات کنم، نگران هستم که ویروس کرونا داشته باشد.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۷- اگر با گروهی از افراد خارجی در آسانسور باشم، نگرانم که آنها آلوده به ویروس کرونا باشند.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۸- من نگران هستم که خارجی ها ویروس کرونا را پخش کنند زیرا آنها به اندازه ما تمیز نیستند.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۹- من نگرانم که اگر در مکانهای عمومی چیزی را لمس کنم (مثلاً نرده، دستگیره درب)، به ویروس کرونا مبتلا شوم.
۰	۱	۲	۳	۴	۲۰- من نگرانم که اگر کسی کنار من سرفه یا عطسه کند، به ویروس کرونا مبتلا شوم.
۰	۱	۲	۳	۴	۲۱- من نگران این هستم که افراد اطرافم مرا به ویروس کرونا آلوده کنند.
۰	۱	۲	۳	۴	۲۲- من نگران این هستم که مبادله پول در معاملات نقدی باعث آلوده شدن من به ویروس کرونا شود.
۰	۱	۲	۳	۴	۲۳- من نگران این هستم که با دست زدن به پول یا استفاده از دستگاه خودپرداز یا کارت خوان، به ویروس کرونا مبتلا شوم.
					۲۴- من نگران این هستم که بسته پستی من توسط ماموران اداره پست به ویروس کرونا آلوده شده باشد.
هرگز	خیلی کم	گاهی اوقات	بیشتر اوقات	تقریبا همیشه	
۰	۱	۲	۳	۴	۲۵- من در تمرکز مشکل داشتم زیرا دائما به ویروس کرونا فکر می کردم.
۰	۱	۲	۳	۴	۲۶- تصاویر ذهنی مزاحم در مورد ویروس کرونا بر خلاف میل من به ذهن من آمدند.
۰	۱	۲	۳	۴	۲۷- من در خوابیدن مشکل داشتم زیرا در مورد ویروس کرونا نگران بودم.
۰	۱	۲	۳	۴	۲۸- با اینکه دلم نمی خواست، اما باز هم به ویروس کرونا فکر می کردم.
۰	۱	۲	۳	۴	۲۹- عواملی که ویروس کرونا را به یاد من می آوردند باعث می شدند که واکنش های جسمی مانند عرق کردن یا تپش قلب داشته باشم.
۰	۱	۲	۳	۴	۳۰- من در مورد ویروس کرونا خوابهای بد می دیدم.
۰	۱	۲	۳	۴	۳۱- جستجوی درمانهای ویروس کرونا در اینترنت.
۰	۱	۲	۳	۴	۳۲- درخواست مشاوره درباره ویروس کرونا از متخصصان سلامت (نظیر پزشکان و داروسازها).
۰	۱	۲	۳	۴	۳۳- دیدن ویدئوهایی در مورد ویروس کرونا در شبکه های اجتماعی، تلویزیون و غیره.
۰	۱	۲	۳	۴	۳۴- بررسی بدنتان برای علائم عفونت (به عنوان مثال، گرفتن درجه حرارت بدنتان).
۰	۱	۲	۳	۴	۳۵- تلاش برای اطمینان یافتن از سلامت دوستان و خانواده در برابر ویروس کرونا.
۰	۱	۲	۳	۴	۳۶- خواندن و چک کردن پستها و پیامهای شبکه های اجتماعی درباره ویروس کرونا.