

## PCS

**Vi är intresserade av de tankar och känslor du har när du har ont.** Använd skalan nedan för att skatta i vilken utsträckning dessa tankar och känslor gäller just för dig.

<b>När jag har ont...</b>	<b>Inte alls</b>	<b>I liten utsträckning</b>	<b>I måttlig utsträckning</b>	<b>I stor utsträckning</b>	<b>Hela tiden</b>
1. Oroar jag mig jämt för att smärtan inte ska gå över.	0	1	2	3	4
2. Känner jag att jag inte orkar fortsätta.	0	1	2	3	4
3. Är det förfärligt och jag tror att det aldrig kommer bli bra	0	1	2	3	4
4. Är det fruktansvärt och jag känner att det överväldigar mig.	0	1	2	3	4
5. Känner jag att jag inte står ut med det längre.	0	1	2	3	4
6. Blir jag rädd att smärtan ska förvärras.	0	1	2	3	4
7. Tänker jag på andra smärtsamma erfarenheter.	0	1	2	3	4
8. Väntar jag otåligt på att smärtan ska försvinna.	0	1	2	3	4
9. Kan jag inte sluta tänka på det.	0	1	2	3	4
10. Tänker jag hela tiden på hur ont det gör.	0	1	2	3	4
11. Tänker jag hela tiden på hur mycket jag vill att smärtan ska gå över.	0	1	2	3	4
12. Finns det ingenting som jag kan göra för att lindra smärtan.	0	1	2	3	4
13. Undrar jag om något allvarligt har hänt mig.	0	1	2	3	4