

STUDY ON TRUCKING WORK ENVIRONMENT AND ITS INFLUENCE ON PHYSICAL FATIGUE AND DEPRESSION AMONG TRUCK DRIVERS

INTERVIEW SCHEDULE FOR DRIVERS

SECTION A: CONSENT FORM

Namaste my name is Vidya Bhushan Tripathi and I am a doctoral researcher at the University of IIHMR, Jaipur. I am carrying out a study on "Work Environment and its influence on Physical Fatigue and Depression among Truck Drivers" in Jaipur, Rajasthan. I invite you to be part of this study.

नमस्ते मेरा नाम विद्या भूषण त्रिपाठी है और मैं आईआईएमएमआर, जयपुर विश्वविद्यालय में डॉक्टरेट शोधकर्ता हूँ। मैं जयपुर, राजस्थान में "कार्य पर्यावरण और ट्रक चालकों के बीच शारीरिक थकान और अवसाद पर इसके प्रभाव" पर एक अध्ययन कर रहा हूँ। मैं आपको इस अध्ययन का हिस्सा बनने के लिए आमंत्रित करता हूँ।

You are being invited to take part in this study because I am interested in learning about your trucking work environment, safety, social involvement, and health. You are one of many people in driving professionals who have been selected for this study.

आपको इस अध्ययन में भाग लेने के लिए आमंत्रित किया जा रहा है क्योंकि मुझे आपके ट्रकिंग कार्य वातावरण, सुरक्षा, सामाजिक भागीदारी और स्वास्थ्य के बारे में जानने में दिलचस्पी है। आप ड्राइविंग पेशेवरों में से एक हैं जिन्हें इस अध्ययन के लिए चुना गया है।

Very little is known about the life of heavy vehicles (Truck Industry) their safety, work environment, social involvement, health the view of truck drivers are rarely collected. For this purpose, a research study is being conducted as part of the fulfillment Ph.D., to know more about their lifestyle so that a policy can be framed to consider their long duty hours. भारी वाहनों (ट्रक उद्योग) के जीवन के बारे में बहुत कम लोग जानते हैं कि भारी वाहन उनकी सुरक्षा, काम के माहौल, सामाजिक भागीदारी, स्वास्थ्य के बारे में ट्रक ड्राइवरों का दृष्टिकोण शायद ही कभी एकत्र किया जाता है। इस कारण से, उनकी जीवन शैली के बारे में अधिक जानने के लिए, पीएचडी की पूर्ति के हिस्से के रूप में एक शोध अध्ययन आयोजित किया जा रहा है, ताकि उनकी लंबी ड्यूटी के घंटों पर विचार करने के लिए एक नीति तैयार की जा सके।

Your decision to participate in the study is voluntary. You can withdraw from the interview at any time or you can also inform me later if you decide that your responses shall not be included in this study. The choice that you make will have no bearing on any of your relationships to public and private organisations. You may change your mind later and stop participating even if you agreed earlier. If any part of this information sheet remains unclear, you can contact me or my team anytime via email or phone.

आपका इस अध्ययन में भाग लेने का निर्णय स्वैच्छिक है। आप किसी भी समय साक्षात्कार देने से मना कर सकती हैं या आप बाद में भी बता सकती हैं कि आपके द्वारा दिये गए जवाबों को शामिल नहीं किया जाये। आपके द्वारा दिये गये जवाबों से आपके निजी और सरकारी सुविधाओं के साथ संबंधों पर कोई प्रभाव नहीं पड़ेगा। आप बाद में भी अपना विचार बदल सकती हैं और भागीदारी रोक सकती हैं। यद्यपि आप पहले सहमत थीं। यदि आपको इस प्रपत्र में कोई भी सूचना समझ में नहीं आ रही है तो आप मुझे या मेरी टीम से कभी भी ईमेल या फोन पर सम्पर्क कर सकती हैं।

We would be grateful if you would answer a number of questions for us. You are free to withdraw from the interview at any time without your position and relations with your supervisors being affected. There is no harm either way. However, your participation throughout the interview is much desired in order to have a complete perspective.

यदि आप हमारे लिए इन सवालों के जवाब देंगे तो हम आपके बहुत आभारी होंगे। आप अपने स्तर पर किसी भी समय अपना साक्षात्कार देने से मना कर सकते हैं। इससे आपके सुपरवाइजर के बीच कोई संबंध खराब नहीं होगा। साक्षात्कार देने के लिये आप पर कोई बंधन नहीं है। हालांकि इस पुरे कार्य में आपकी भागीदारी और आपका साक्षात्कार बहुत जरूरी है।

We would greatly appreciate your responses. You can also inform me later if you decide that your responses should not be included in this study. If you agree to speak to us, it will take about half –an-hour.

हम आपकी प्रतिक्रियाओं की बहुत सराहना करेंगे। आप मुझे बाद में भी सूचित कर सकते हैं यदि आप यह तय करते हैं कि आपकी प्रतिक्रियाओं को इस अध्ययन में शामिल नहीं किया जाना चाहिए। यदि आप हमसे बात करने के लिए सहमत हैं, तो इसमें लगभग आधा घंटा समय लगेगा।

You may feel uncomfortable talking about some of the topics. However, I do not wish for this to happen. You do not have to answer any question or take part in the interview if you feel the question(s) are too personal, if talking about them makes you feel uncomfortable, or if you are unsure about the nature of the information you are going to share. However, please be re-assured that all your information is anonymous – nobody will be able to identify your personal responses. You may withdraw your consent later if you change your mind at any point in time.

कुछ विषयों पर बात करने में आप असहज महसूस कर सकते हैं। हालांकि, मैं नहीं चाहता कि ऐसा हो। आपको किसी भी प्रश्न का उत्तर देने या साक्षात्कार में भाग लेने की आवश्यकता नहीं है यदि आपको लगता है कि प्रश्न बहुत व्यक्तिगत हैं, यदि उनके बारे में बात करने से आप असहज महसूस करते हैं, या यदि आप उस जानकारी की प्रकृति के बारे में अनिश्चित हैं, हालांकि कृपया आप निश्चित रहें आपकी जानकारी गोपनीय रखी जायेगी और कोई भी आपकी व्यक्तिगत जानकारी को जान नहीं पायेंगे। फिर भी आप किसी भी समय अपना विचार बदल सकते हैं और आप अपनी सहमति वापिस ले सकती हैं। फिर भी आप किसी भी समय अपना विचार बदल सकते हैं और आप अपनी सहमति वापिस ले सकती हैं।

I will not be sharing information about you or your responses with anyone. The information that I collect from this research project will be kept private and securely protected. Your information will not serve any other purposes than informing this research project. Your identity will not be disclosed in the final thesis and subsequent publications. It will be ensured that nothing recorded will allow the tracing of your identity.

हम आपके द्वारा दी गयी जानकारी को किसी से साझा नहीं की जायेगी। हम इस शोध कार्य के लिए जानकारी ली है उसे निजी तौर पर सुरक्षित रखी जाएगी। आपकी जानकारी इस शोध कार्य के अलावा किसी अन्य कार्य के लिए काम में नहीं ली जायेगी। शोध कार्य के अन्त में प्रकाशन में भी आपकी पहचान को कोई नहीं जान पायेगा। यह सुनिश्चित करते हैं कि आपके द्वारा दी गई जानकारी को कोई नहीं जान पायेगा।

The information that you are sharing with me will inform the final report/ thesis/ publications. The report / thesis may be read by interested persons, including students and the informants to this research from various organisations. I am happy to share the results with you if you are interested.

हम आपसे जो भी जानकारी ले रहें हैं उसकी अंत में रिपोर्ट / थीसिस / प्रकाशन में दी जायेगी। रिपोर्ट / थीसिस को रूचि लेने वाले व्यक्तियों द्वारा पढ़ा जायेगा, जिसमें विभिन्न संस्थाओं के छात्रों को भी शामिल किया गया है। यदि आप चाहेंगे तो मुझे आपके साथ भी परिणाम साझा करने में बहुत खुशी होगी।

You do not have to take part in this research if you do not wish to do so, and choosing not to participate will not affect your situation in any way. You may skip questions or stop participating in the interview at any time that you wish without your professional position being affected. If you wish, you can review your remarks at the end of the interview, and you can ask to modify or remove portions of those if I did not understand you correctly.

यदि आप इस शोध कार्य में भाग नहीं लेना चाहती हैं या आवश्यकता नहीं है, और आपके भाग लेने के निर्णय से आपकी स्थिति पर किसी भी प्रकार का प्रभाव नहीं पड़ेगा। आप किसी भी समय साक्षात्कार छोड़ सकती हैं या साक्षात्कार में भाग लेने से मना कर सकती हैं। इससे आपकी व्यावसायिक स्थिति पर कोई प्रभाव नहीं पड़ेगा। साक्षात्कार के अन्त में आप टिप्पणी भी कर सकती हैं। और यदि आप के समझ में नहीं आती है तो आप सही या हटाने के लिए भी कह सकती हैं।

Please note that we are not going to quote your name or disclose your identity any where. All information shared by you will be kept confidential.

कृपया ध्यान दें कि हम आपका नाम या आपकी पहचान किसी से साझा नहीं की जायेगी और आपके द्वारा दी गई सभी जानकारी गोपनीय रखी जायेगी।

If you have any questions, you can ask them now or later. If you wish to ask questions later, ki you may contact me

आपका कोई प्रश्न है तो आप उन्हें अभी या बाद में भी पूछ सकती हैं। यदि आप बाद में पूछना चाहेंगे तो आप मुझसे सम्पर्क कर सकती हैं।

Vidya Bhushan Tripathi

Email vidya.j18@iihmr.in

Phone number +91-9166858516

May I start interaction with you?

क्या मैं आपसे बातचीत शुरू कर सकता/सकती हूँ

YES

हाँ

NO

नहीं

If Yes, यदि हाँ,

Name of the Respondent

उत्तरदाता का नाम _____

Signature with Date

हस्ताक्षर और दिनांक _____

Name of the Interview

साक्षात्कारकर्ता का नाम _____

Signature with Date

हस्ताक्षर और दिनांक _____

SECTION B: DEMOGRAPHIC PROFILE				
1.	Regions क्षेत्र	Central India मध्य भारत	1	
		East India पूर्वी भारत	2	
		North India उत्तर भारत	3	
		Northeast India पूर्वोत्तर भारत	4	
		South India दक्षिण भारत	5	
		Western India पश्चिमी भारत	6	
2.	What is your name? आपका नाम क्या है?-----			
3.	Permanent Address: City/Village-----State----- स्थायी पता: शहर / गांव----- राज्य -----			
4.	Contact no: संपर्क नंबर:			
5.	How old are you? (In completed years) आप की उम्र क्या है? (पूर्ण वर्षों)			
6.	What is your current marital status? आपकी वर्तमान वैवाहिक स्थिति क्या है?	Currently Married वर्तमान में विवाहित हैं	1	
		Married, gauna not performed विवाहित, गौना नहीं किया गया	2	
		Divorced तलाकशुदा	3	
		Widower/ Separated विधुर / पृथक	4	
		Never married शादी नहीं हुई	5	
7.	What is your religion? आपका धर्म क्या है?	Hindu हिंदू	1	
		Muslim मुसलमान	2	
		Sikh सिख	3	
		Christian ईसाई	4	
		Jain जैन	5	
		Other (specify) अन्य (निर्दिष्ट करें)	9	
8.	Do you belong to a scheduled caste, a scheduled tribe, other backward class, or none of these? क्या आप अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति, या अन्य पिछड़ा वर्ग से एक हैं, या इनमें से कोई नहीं?	Scheduled Caste अनुसूचित जाति	1	
		Scheduled Tribe अनुसूचित जनजाति	2	
		Other Backward caste अन्य पिछड़ा वर्ग	3	
		None of them (General) इनमें से कोई नहीं (सामान्य)	4	
		Don't know पता नहीं	8	
9.	Have you ever attended school? क्या आपने कभी स्कूल में पढ़ाई की है?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	
10.	Educational level शिक्षा का स्तर	Illiterate साक्षर नहीं	1	
		Literate साक्षर	2	
		Primary (up to 5 th class) प्राथमिक (5 वीं कक्षा तक)	3	

		Middle (6 th to 8 th class) मध्य (छठी से आठवीं कक्षा)	4							
		High school (9 th to 10 th class) हाई स्कूल (9 वीं से 10 वीं कक्षा)	5							
		Higher Secondary (10+2) उच्चतर माध्यमिक (10 + 2)	6							
		Graduation (10+2+3) स्नातक (10 + 2 + 3)	7							
		Post-graduation (10+2+3+2) पोस्ट-ग्रेजुएशन (10 + 2 + 3 + 2)	8							
		Other अन्य (_____)	97							
11.	Type of Family परिवार का प्रकार	Joint संयुक्त	1							
		Nuclear अलग से	2							
		Extended विस्तृत	3							
12.	Total members of family परिवार के कुल सदस्य	Males पुरुष <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"><tr><td></td><td></td></tr></table> Females महिलाये <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"><tr><td></td><td></td></tr></table> Children बच्चे (0-6 yrs) <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"><tr><td></td><td></td></tr></table>								
13.	How many members depend on you (Financially) कितने सदस्य आप पर निर्भर हैं (आर्थिक रूप से)	Total members (including children) कुल सदस्य (बच्चों सहित)								
14.	What is your average monthly income from job as driver? आपकी ड्राइवर की नौकरी के रूप में औसत मासिक आय क्या है?	Rs. <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>								
15.	Total monthly household income (including all family income sources) कुल मासिक घरेलू आय (सभी पारिवारिक आय स्रोतों सहित)	Rs. <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>								
16.	At what age did you leave your home, for work for the first time? पहली बार काम करने के लिए आपने किस उम्र में अपना घर छोड़ा था?	Age in completed years आयु पूर्ण वर्षों में: _____ Don't remember याद नहीं है	98							
17.	What is the main source of lighting for your household? आपके घर के लिए प्रकाश व्यवस्था का मुख्य स्रोत क्या है?	Electricity बिजली Kerosene मिटटी तेल Oil तेल Other अन्य (_____)	01 02 03 97							
18.	What is the main type of fuel your household commonly uses for cooking? खाना पकाने के लिए आमतौर पर आपके घर में मुख्य रूप से किस प्रकार के ईंधन काम में लेते हैं?	Wood/Crop Residue/Dung Cake/Charcoal लकड़ी / फसल अवशेष / गोबर का केक / चारकोल Kerosene मिटटी तेल Electricity बिजली LPG रसोई गैस	01 02 03 04							

		Other (_____)	97		
19.	What is the main source of drinking water for the members of your household? आपके घर के सदस्यों के लिए पीने के पानी का मुख्य स्रोत क्या है?	Own Hand Pump / Well खुद का हैंडपंप / कुआं	01		
		Public Hand Pump / Well पब्लिक हैंडपंप / कुआं	02		
		Surface Water (Pond, River, Stream, Lake) सतही जल (तालाब, नदी, धारा, झील)	03		
		Rain Water वर्षा का पानी	04		
		Tanker टैंकर	05		
		Other अन्य (_____)	97		
20.	Does your household own any of the following? आपके घर में निम्न में से क्या है? RECORD RESPONSES FOR EACH प्रत्येक के लिए रिकॉर्ड करें		Y	N	
		Electricity बिजली?	1	2	
		Electric Fan बिजली का पंखा	1	2	
		Radio or Transistor रेडियो या ट्रांजिस्टर	1	2	
		Television टेलीविजन	1	2	
		Sewing Machine सिलाई मशीन	1	2	
		Telephone / Mobile टेलीफोन मोबाइल	1	2	
		Computer / Laptop कंप्यूटर / लैपटॉप	1	2	
		Refrigerator फ्रिज	1	2	
		Watch / Clock घड़ी देखें	1	2	
		Bicycle साइकिल	1	2	
		Scooter / Motor Cycle स्कूटर / मोटर साइकिल	1	2	
		Animal Drawn Cart पशु खींचा गाड़ी/बैलगाड़ी	1	2	
		Cart / Truck गाड़ी / ट्रक	1	2	
		Water Pump पानी का पंप	1	2	
		Thresher थ्रेशर?	1	2	
		Tractor ट्रैक्टर?	1	2	
		Truck ट्रक	1	2	
SECTION C: WORK ENVIRONMENT					
21.	What is the gross weight (capacity) of the truck you usually drive? आपके द्वारा आमतौर पर चलाए जाने वाले ट्रक का वजन (क्षमता) क्या है?	Less than 15 tons 15 टन से कम	1		
		16-30 tons 16-30 टन	2		
		More than 31 tons 31 टन से अधिक	3		
22.	Roughly how old is it? मोटे तौर पर यह कितना पुराना है?	years वर्ष			
23.	Do you own it? क्या आप इसके मालिक हैं?	Yes हाँ	1	If yes, then skip question no 31	
		No नहीं	2		
24.		Yes हाँ	1		

	Do you feel that this company gives you enough time to stop to rest when you feel tired? जब आप थक जाते हैं, तो क्या आपको यह कंपनी आराम करने के लिए पर्याप्त समय देती है?	No नहीं			2	
25.	On average, how many hours, do you drive trucks each day? औसतन, आप हर दिन (रात/दिन मिलाके) कितने घंटे ट्रक चलाते हैं?	Day (hrs)	Night (hrs)	Total (hrs)		
26.	On an average, how many hours do you drive in one stretch? औसतन, आप एक बार में कितने घंटे ड्राइव करते हैं?	Day (hrs)	Night (hrs)	Total(hrs)		
27.	How many hours spent on loading/unloading per trip? प्रति ट्रिप लोड करने / उतारने में कितने घंटे लगते हैं?	10 hours 10 घंटे			1	
		11-20 hours 11-20 घंटे			2	
		21-30 hours 21-30 घंटे			3	
		31-40 hours 31-40 घंटे			4	
		More than 40 hours 40 घंटे सेअधिक			5	
28.	How many hours spent on waiting per trip? प्रति यात्रा प्रतीक्षा करने में कितने घंटे लगते हैं?	10 hours 10 घंटे			1	
		11-20 hours 11-20 घंटे			2	
		21-30 hours 21-30 घंटे			3	
		31-40 hours 31-40 घंटे			4	
		More than 40 hours 40 घंटे सेअधिक			5	
29.	Do you usually drive? आप आमतौर पर कहाँ ड्राइव करते हैं?	Interstate अंतरराज्यीय (राज्य के बाहर)			1	
		Intrastate (राज्य के अंदर)			2	
		Both दोनों			3	
30.	How many years have you been driving trucks? आप कितने साल से ट्रक चला रहे हैं?	 Years वर्षों Months (if < 12 months) महीने (यदि <12 महीने)				
31.	How are you normally paid? (If not the owner) आपको सामान्य रूप से भुगतान कैसे किया जाता है? (यदि मालिक नहीं है) MULTIPLE RESPONSES	By hour घंटे के हिसाब से			1	
		By day rate दिन की दर से			2	
		By salary (monthly) वेतन से (मासिक)			3	
		By ton (weight) टन (वजन) द्वारा			4	
		By per trip प्रति यात्रा के हिसाब से			5	
		By KM किलोमीटर द्वारा			6	
		Other अन्य (specify स्पष्ट _____)			97	
32.	Who is mainly responsible for the routine maintenance of the truck?	Self स्वयं			1	
		Employer नियोक्ता/मालिक			2	

	ट्रक के नियमित रखरखाव के लिए मुख्य रूप से कौन जिम्मेदार है?			
33.	Who loads your truck? आपके ट्रक को कौन लोड करता है?	Self स्वयं	1	
		Self and others स्वयं और अन्य	2	
		Other (_____)	3	
34.	Are you often physically tired when you start a trip? जब आप यात्रा शुरू करते हैं तो क्या आप अक्सर शारीरिक रूप से थकाव महसूस करते हैं?	Usually आमतौर पर	1	
		Sometimes कभी कभी	2	
		Never aware of that as a problem एक समस्या के रूप में इसके बारे में पता नहीं	3	
35.	Are you sometimes delayed before you can set off? क्या आपको कभी-कभी देरी होती है, इस वजह से?	All the time and it's a problem हर समय और यह एक समस्या है	1	
		Quite often and its sometimes a problem काफी बार और कभी-कभी यह एक समस्या होती है	2	
		No delayed कोई देरी नहीं	3	
36.	Do you ever have to drive with a over loaded truck to save time? क्या आपको कभी समय बचाने के लिए (तय सीमा से अधिक भार) भारी भरकम ट्रक के साथ ड्राइव करना पड़ता है?	Most of the time अधिकांश समय	1	
		Occasionally कभी कभी	2	
		Never कभी नहीं	3	
37.	When do you prefer to sleep? आप कब सोना पसंद करते हैं?	Morning सुबह	1	
		Early morning सुबह-सुबह	2	
		Day दिन में	3	
		Mid-day दोपहर में	4	
		Evening शाम में	5	
		Night रात में	6	
38.	What is your rest/sleep hours every day? आप प्रतिदिन कितने घण्टे सोते हैं	hrs		
39.	During the trip if you feel sleepy can you sleep? यात्रा के दौरान अगर आपको नींद आती है तो क्या आप सो सकते हैं?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	
40.	Which location you stay/rest/sleep every day? हर दिन किस स्थान पर रहते / आराम करते / सोते हैं?	On road side in the truck only ट्रक में सड़क किनारे ही		
		Road side Dhaba/ Restaurant सड़क किनारे ढाबा / भोजनालय		
		Rode side guest house /Hotel रोड साइड गेस्ट हाउस / होटल		
		Office guest house ऑफिस का गेस्ट हाउस		
		Any others अन्य कोई		
41.	Do you take break between the trip? क्या आप यात्रा के बीच ब्रेक (आराम) लेते हैं?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	

42.	On an average how many days holiday have you taken during the last 12 months? पिछले 12 महीनों के दौरान आपने औसतन कितने दिन की छुट्टी ली है?	None कोई नहीं	1	
		One to two days एक से दो दिन	2	
		One week एक हफ्ता	3	
		Two weeks दो हफ्ते	4	
		Three weeks तीन सप्ताह	5	
		Four or more weeks चार या अधिक सप्ताह	6	
43.	What do you do in your spare time when you are on leave (hobbies, activities, sport, social)? जब आप अवकाश (शौक, गतिविधियां, खेल, सामाजिक) में थे तब आप अपने खाली समय में क्या करते थे?	Family business/agriculture पारिवारिक व्यवसाय / कृषि	1	
		Domestic work घरेलू कार्य	2	
		Relaxation (rest/sleep/drink) आराम (आराम / नींद / पेय)	3	
		Vehicle maintenance वाहन रखरखाव	4	
		Social visiting/outing/ Sport सोशल विजिटिंग / आउटिंग / स्पोर्ट	5	
44.	Which place do you eat most of the day? आप दिन में सबसे ज्यादा कौन सी जगह खाते हैं?	Road side सड़क किनारे	1	
		Inside the truck ट्रक के अंदर	2	
		Dhaba/ Restaurant/hotel ढाबा / भोजनालय / होटल	3	
		Cook own meals स्वयं भोजन पकाते हैं	4	
		Other अन्य (_____)	9	
45.	When would you eat your main meal? आप अपना मुख्य भोजन कब खाते हैं?	Before trip यात्रा से पहले	1	
		In the middle of the trip/day यात्रा / दिन के बीच में	2	
		At the end of the trip/day यात्रा के अंत में / दिन	3	
		Don't really bother with main meals मुख्य भोजन खाने की कोइ परवाह नहीं करता	4	
46.	What do you usually prefer to eat while you are driving? गाड़ी चलाते समय आप आमतौर पर क्या खाना पसंद करते हैं?	Chips चिप्स	1	
		Sandwiches सैंडविच	2	
		Cakes/biscuits केक / बिस्कुट	3	
		Fruits फल	4	
		Don't eat while driving वाहन चलाते समय भोजन नहीं करते हैं	5	
		Others (specify) अन्य (निर्दिष्ट करें _____)	97	
47.	What do you prefer to drink while you are driving? गाड़ी चलाते समय आप आमतौर पर क्या पीना पसंद करते हैं?	Water पानी	1	
		Coke कोक	2	
		Coffee कॉफी	3	
		Tea चाय	4	
		Soft drink शीतल पेय	5	
		Milk/butter milk दूध / मक्खन का दूध	6	
		Don't drink while driving वाहन चलाते समय नहीं पीते	7	

48.	Do you get time to take a bath every day? क्या आपको रोज (नहाने) स्नान करने का समय मिलता है?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	
49.	If NO, how many times do you get a bath on average in a week? यदि नहीं, तो आप सप्ताह में औसतन कितनी बार स्नान करते हैं?		1	
		Most days of the week सप्ताह के अधिकांश दिन	2	
		Three or four times a week सप्ताह में तीन या चार बार	3	
		Perhaps once or twice शायद एक या दो बार	4	
50.	How frequently you change your clothes in a week? एक सप्ताह में आप कपड़े कितनी बार बदलते हैं?	Every day हर दिन	1	
		Most days of the week सप्ताह के अधिकांश दिन	2	
		Three or four times a week सप्ताह में तीन या चार बार	3	
		Perhaps once or twice शायद एक या दो बार	4	
		Not found time to change clothes in a week सप्ताह में कपड़े बदलने का समय नहीं मिलता	5	
51.	How often on an average in a week would you sit down for an hour or more to watch TV/read newspaper or using a mobile phone? आप एक सप्ताह में औसतन कितनी बार टीवी देखने/अखबार पढ़ने या मोबाइल फोन का उपयोग करने के लिए एक घंटे या उससे अधिक समय तक बैठते हैं?	Every day हर दिन	1	
		Most days of the week सप्ताह के अधिकांश दिन	2	
		Three or four times a week सप्ताह में तीन या चार बार	3	
		Perhaps once or twice शायद एक या दो बार	4	
		Rarely sit down to watch TV टीवी देखने के लिए शायद ही कभी बैठते हैं	5	
52.	On an average how, many times police check/stop in each trip? प्रत्येक त्रिप (यात्रा) में औसतन आपको कितनी बार पुलिस चेक किया / रोका?	None नहीं	1	
		One time एक बार	2	
		Two times दो बार	3	
		Three to Five times तीन से पांच बार	4	
		6-10 times 6-10 बार	5	
		More than 10 times 10 से अधिक बार	6	
53.	On the trip, do you face any humiliation/abuse from police even if you comply the rules? यात्रा पर, क्या आप नियमों का पालन करने पर भी पुलिस से किसी भी अपमान / दुर्व्यवहार का सामना करते हैं?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	
54.	How often do you face such humiliation/abuse? आपको कितनी बार इस तरह के अपमान / दुरुपयोग का सामना करना पड़ता है?	Rarely शायद ही कभी	1	
		Many times कई बार	2	
		Never कभी नहीं	3	
	SECTION D: WORKSPACE CONDITION			
55.	Do you comfortable with your truck driving seat? क्या आपकी ट्रक ड्राइविंग सीट आरामदायक है?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	

56.	Do you feel comfortable with your seating posture in the truck driving seat (Due to their size and design)? क्या आप ट्रक की ड्राइविंग सीट (उनके आकार और डिज़ाइन के कारण) में अपने बैठने की मुद्रा में सहज महसूस करते हैं?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	
57.	Do you think adequate space for sleeping in your truck cabin? क्या आपको लगता है कि आपके ट्रक के केबिन में सोने के लिए पर्याप्त जगह है?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	
58.	Do you think adequate space for driving in your truck cabin? क्या आपको लगता है कि आपके ट्रक केबिन में ड्राइविंग के लिए पर्याप्त जगह है?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	
59.	Do you get distracted during driving due to truck noise and vibration? क्या ट्रक के शोर और कंपन के कारण वाहन चलाते समय आपका ध्यान भटक जाता है?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	
60.	During the driving, do you get uncomfortable due to the heat of the truck cabin? ड्राइविंग के दौरान क्या आप ट्रक के केबिन की गर्मी के कारण असहज हो जाते हैं?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	
SECTION E: SOCIAL CONDITIONS				
61.	When was the last time you visited your home? आखिरी बार आप अपने घर कब गए थे?	No. of years ago:		
		वर्ष साल की संख्या:		
		No. of months ago:		
		कुछ महीने पहले की संख्या:		
62.	In last one year, how many times did you visit your home (place of origin)? पिछले एक वर्ष में, आप अपने घर (मूल स्थान) पर कितनी बार गए?	No. of days ago:		
		कुछ दिन पहले की संख्या:		
		Number of times.....	1	
		कई बार.....		
63.	What was the occasion? अवसर क्या था? Multiple choice questions	Do not know/ Can't say नहीं जानते / कह नहीं सकते	2	
		Social functions/Event सामाजिक कार्य / कार्यक्रम में	1	
		Domestic work घरेलू कार्य के लिये	2	
		Relaxation (rest/sleep/drink) आराम (आराम / नींद / पेय) के लिये	3	
		Vehicle maintenance वाहन रखरखाव के लिये	4	
		Sickness बीमारी के कारण	5	
		Others (specify _____) अन्य (निर्दिष्ट करें)	6	

64.	Last time you visited your place of home, for how many days did you stay? पिछली बार जब आप अपने घर पर गए थे, तो आप कितने दिनों तक रहे थे?	No. of days दिनों की संख्या		98
		Do not remember/Cannot say याद नहीं / कह नहीं सकते		
65.	Do you participate in social events? क्या आप सामाजिक कार्यक्रमों में भाग लेते हैं?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	
66.	Are you able to take leave if there is any family/social event? क्या कोई पारिवारिक / सामाजिक घटना/सामाजिक कार्यक्रम होने पर आप छुट्टी ले सकते हैं?	Always/most of the time हमेशा / ज्यादातर समय	1	
		Rarely शायद ही कभी	2	
		Never कभी नहीं	3	
67.	Are you entitled to avail Earned Leave or Casual Leave? क्या आप ई ल (अर्जित अवकाश) या आकस्मिक अवकाश प्राप्त करने के हकदार हैं?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	
SECTION F: HEALTH				
68.	How fit would you say you are? आप कितना फिट हैं आप बताएं?	Very fit पूर्ण तन्दुरुस्त	1	
		Moderately fit बिल्कुल तन्दुरुस्त	2	
		Not very fit बहुत तन्दुरुस्त नहीं	3	
		Quite unfit काफी अनफिट	4	
69.	Do you regularly have medical check-up? क्या आप नियमित रूप से चिकित्सा जांच कराते हैं?	Yes हाँ No नहीं	1 2	If no skip to 70
70.	How many months back did you last have a general medical/health check-up? आपने सामान्य चिकित्सा / स्वास्थ्य जांच कितने महीने पहले की करवाई थी?	Months _____ महीने _____		
71.	Do you have any health-related problem? क्या आपको स्वास्थ्य संबंधी कोई समस्या है?	Yes हाँ	1	If No, then go to question no 74
		No नहीं	2	
72.	If Yes, then what? यदि हाँ, तो क्या? MULTIPLE RESPONSE POSSIBLE	Diabetes मधुमेह	1	
		Hypertension उच्च रक्तचाप	2	
		Asthma दमा	3	
		Tuberculosis (TB) क्षय रोग (टीबी)	4	
		Eye problem आँखों की समस्या	5	
		Other अन्य (_____)	97	
73.	Do you take treatment for the same? आप उसी के लिए उपचार लेते हैं?	Yes हाँ	1	
		No नहीं	2	

74.	Do you feel discomfort during or after the driving? If yes, what problem? क्या आपको ड्राइविंग के दौरान या बाद में समस्या महसूस होती है? यदि हाँ, तो क्या समस्या है? MULTIPLE RESPONSE POSSIBLE	No discomfort/problem कोई असुविधा / समस्या नहीं	1	
		Pain दर्द	2	
		Itching खुजली	3	
		Stiffness कठोरता	4	
		Tingling झुनझुनी	5	
		Numbness सुन्न होना	6	
		Other अन्य (_____)	97	
75.	In which body part you generally have discomfort/pain/problem ? किस शरीर के अंग में आपको आमतौर पर असुविधा / दर्द / समस्या होती है? MULTIPLE RESPONSES POSSIBLE	Back, lower back पीठ, पीठ के निचले हिस्से में	1	
		Shoulders कंधे	2	
		Neck गरदन	3	
		Legs/Knees/Feet/Ankle पैर / घुटने / पैर / टखने	4	
		Hand, wrist, elbow हाथ, कलाई, कोहनी	5	
		Chest, stomach छाती, पेट	6	
		Other अन्य (_____)	97	
76.	Do you use any kind of substance to stay awake? क्या आप जागते रहने के लिए किसी प्रकार के पदार्थ का सेवन/ उपयोग करते हैं?	Yes हाँ	1	If No, then go to question no 79
		No नहीं	2	
77.	If yes, then what? यदि हाँ, तो क्या?	Pills गोलियाँ	1	
		Alcohol शराब	2	
		Cocaine कोकीन	3	
		Tobacco तंबाकू	4	
		Cigarettes/Beedi सिगरेट / बीड़ी	5	
		Other अन्य (_____)	97	
78.	How often would you take them? आप उन्हें कितनी बार लेंगे	Mostly अधिकतर	1	
		Occasionally कभी कभी	2	
		Rarely शायद ही कभी	3	
79.	What percentage of truck drivers do you think use substance for stay awake? आपको क्या लगता है की कितने प्रतिशत ट्रक ड्राइवर पदार्थ का उपयोग जागते रहने के लिये करते हैं?	Hardly any शायद ही कोई	1	
		About 25% लगभग 25%	2	
		Maybe 50% शायद 50%	3	
		Perhaps 75% शायद 75%	4	
		Just about all बस सब के बारे में	5	
		Don't know पता नहीं	98	
	<i>Because peoples' s sleep patterns can affect the way they feel during the day, we would now like to ask a few questions about the way you sleep. क्योंकि लोगों की नींद का पैटर्न दिन के दौरान उनके ड्राइव के तरीके को प्रभावित कर सकता है, इसलिए अब हम आपके सोने के तरीके के बारे में कुछ सवाल पूछना चाहेंगे?</i>			

80.	How many hours usually do you sleep in a day? आप एक दिन में कितने घंटे सोते हैं? _____ hrs घंटे.		
81.	Do you usually feel tired or suffer from headache when you wake up each time/morning? जब आप हर बार / सुबह उठते हैं तो क्या आप आमतौर पर थका हुआ या सिरदर्द महसूस करते हैं?	Never कभी नहीं	1
		Occasionally कभी न कभी	2
		Very often अक्सर	3
		Always हमेशा	4
82.	Do you snore while sleeping? क्या आप सोते समय खरटे लेते हैं?	Hardly ever शायद ही कभी	1
		Occasionally कभी न कभी	2
		Very often अक्सर	3
		Always हमेशा	4
83.	Do you frequently wake up when sleeping? क्या आप बार-बार अक्सर सोते समय बीच में उठते हैं?	Hardly ever शायद ही कभी	1
		Occasionally कभी न कभी	2
		Very often अक्सर	3
		Always हमेशा	4
		Don't know पता नहीं	98
84.	Do you fall asleep during the day when you are not driving? क्या आप जब गाड़ी नहीं चलाते आपको दिन भर नींद आती रहती है?	Hardly ever शायद ही कभी	1
		Occasionally कभी न कभी	2
		Very often अक्सर	3
		Always हमेशा	4
85.	Do you suffer restless sleep? क्या आप (अनिद्रा)/बेचैन नींद से पीड़ित हैं?	Hardly ever शायद ही कभी	1
		Occasionally कभी न कभी	2
		Very often अक्सर	5
		Always हमेशा	6
86.	How often do you think your concentration is affected during driving due to sleepiness? कितनी बार आपको लगता है कि नींद के कारण ड्राइविंग के दौरान आपकी एकाग्रता प्रभावित होती है?	Hardly ever शायद ही कभी	1
		Occasionally कभी न कभी	2
		Very often अक्सर	5
		Always हमेशा	6
87.	Do you often feel stress/depression? क्या आप अक्सर तनाव / अवसाद महसूस करते हैं?	Yes हाँ	1
		No नहीं	2
88.	What is the probable reason for such stress/depression? इस तरह के तनाव / अवसाद के लिए संभावित कारण क्या है? MULTIPLE RESPONSES	Long/tiring working hours लंबे / थकाऊ काम के घंटे	A
		Low salary/compensation कम वेतन / मुआवजा	B
		Job insecurity/irregularity नौकरी की असुरक्षा / अनियमितता	C
		Pressure to reach destination on time समय पर	D

		गंतव्य तक पहुंचने का दबाव		
		Fear of abuse by police पुलिस से बदसलूकी का डर	F	
		Finding place for rest/sleep आराम / नींद के लिए जगह खोजना	G	
		Worried about family (marriage/education, etc) परिवार (विवाह / शिक्षा, आदि) के बारे में चिंतित	H	
		Problem in social relations सामाजिक संबंधों में समस्या	I	
		Worried about old age security बुढ़ापे की सुरक्षा को लेकर चिंतित हैं	J	
		Other अन्य (_____)	Z	
SECTION H: JOB SATISFACTIONS				
89.	Till what age do you think you will serve as a driver? आप किस उम्र तक ड्राइवर के रूप में काम करेंगे?	Age आयु		
90.	For how many years have you been working with this company? आप कितने वर्षों से इस कंपनी के साथ काम कर रहे हैं?	In completed years साल _____ Less than one years एक वर्ष से कम	1	
91.	What will you do after retirement? रिटायरमेंट के बाद आप क्या करेंगे?			
92.	Are you satisfied with the job? क्या आप इस नौकरी से संतुष्ट हैं?	Yes हाँ No नहीं	1 2	If Yes skip Q 93
93.	If NO, then why? यदि नहीं, तो क्यों?	Due to less wages/salary कम वेतन / वेतन के कारण Not enough time for family परिवार के लिए पर्याप्त समय नहीं No respect कोई सम्मान नहीं Due to work environment काम के माहौल के कारण Due to supervisor सुपरवाइजर के कारण Other अन्य (_____)	1 2 3 4 5 97	
94.	Does the supervisor support you? क्या सुपरवाइजर आपका सहयोग करता है?	Yes हाँ No नहीं No response कोई जवाब नहीं	1 2 3	If No & NR skip Q 95
95.	Do you satisfy with your supervisor behaviour?	Fully satisfy पूरी तरह से संतुष्ट Satisfy संतुष्ट	1 2	

	क्या आप अपने सुपरवाइज़र के व्यवहार से संतुष्ट हैं?	Dissatisfy असंतुष्ट	3	
		Strongly dissatisfy दृढ़ता से असंतुष्ट	4	
96.	Which season love to drive? किस मौसम में ड्राइव करना पसंद है?	Winter season सर्दियों का मौसम	1	
		Monsoon/Rainy season मानसून / वर्षा ऋतु	2	
		Summer season गर्मी का मौसम	3	
		All season गर्मी का मौसम	4	
97.	Would you like your child to be a driver? And why? क्या आप अपने बच्चे को ड्राइवर बनाना पसंद करेंगे? और क्यों?	Yes. हाँ (इसलिये: _____) (Because: _____)	1	
		No. नहीं क्योंकि: _____ (Because: _____)	2	
98.	Any suggestions to improve the life of drivers? ड्राइवरों के जीवन को बेहतर बनाने के लिए कोई सुझाव?			

SECTION I: FATIGUE SEVERITY SCALE (FSS)

Please circle the number between 1 and 7 which you feel best fits the following statements. This refers to your usual way of life within the last week. 1 indicates “strongly disagree” and 7 indicates “strongly agree.” कृपया 1 और 7 के बीच की संख्या पर गोला लगाएँ जो आपको निम्नलिखित कथनों के लिए सबसे उपयुक्त लगता है। यह पिछले सप्ताह के भीतर आपके सामान्य जीवन शैली को दर्शाता है। 1 “दृढ़ता से असहमत” और 7 “दृढ़ता से सहमत” को इंगित करता है।

Statements कथन	Strongly Disagree → Strongly Agree						
1. My motivation is lower when I am fatigued जब मैं थका हुआ होता हूँ तो मेरी प्रेरणा कम होती है	1	2	3	4	5	6	7
2. Exercise brings on my fatigue. व्यायाम से मेरी थकान दूर होती है	1	2	3	4	5	6	7
3. I am easily fatigued. मैं आसानी से थक जाता हूँ	1	2	3	4	5	6	7
4. Fatigue interferes with my physical functioning थकान मेरे शारीरिक कामकाज में बाधा डालती है	1	2	3	4	5	6	7
5. Fatigue causes frequent problems for me थकान मेरे लिए बार-बार परेशानी का कारण बनती है	1	2	3	4	5	6	7
6. My fatigue prevents sustained physical functioning मेरी थकान निरंतर शारीरिक कामकाज को रोकती है	1	2	3	4	5	6	7
7. Fatigue interferes with carrying out certain duties and responsibilities. थकान कुछ कर्तव्यों और जिम्मेदारियों को पूरा करने में बाधा डालती है	1	2	3	4	5	6	7
8. Fatigue is among my most disabling symptoms थकान मेरे सबसे अक्षम लक्षणों में से एक है	1	2	3	4	5	6	7
9. Fatigue interferes with my work, family, or social life. थकान मेरे काम, परिवार या सामाजिक जीवन में हस्तक्षेप करती है	1	2	3	4	5	6	7

SECTION J: DEPRESSION INVENTORY		
IN	Statements कथन	Scoring
1.	I do not feel sad. मैं दुखी महशूस नहीं करता।	0
	I feel sad मैं दुखी महशूस करता हूँ।	1
	I am sad all the time and I can't snap out of it. मैं हर समय उदास रहता हूँ और इससे बाहर नहीं निकल पाता।	2
	I am so sad and unhappy that I can't stand it. मैं बहुत दुखी और अप्रसन्न हूँ और मैं इसे सहन नहीं कर सकता।	3
2	I am not particularly discouraged about the future. मैं भविष्य को लेकर विशेष रूप से निराश नहीं हूँ।	0
	I feel discouraged about the future. मैं भविष्य को लेकर निराश महसूस करता हूँ।	1
	I feel I have nothing to look forward to. मुझे लगता है कि मेरे पास आगे बढ़ने के लिए कुछ भी नहीं है।	2
	I feel the future is hopeless and that things cannot improve. मुझे लगता है कि भविष्य निराशाजनक है और चीजें नहीं सुधर सकतीं।	3
3	I do not feel like a failure. मुझे असफलता नहीं लगती।	0
	I feel I have failed more than the average person. मुझे लगता है कि मैं औसत व्यक्ति से ज्यादा असफल रहा हूँ।	1
	As I look back on my life, all I can see is a lot of failures. जब मैं अपने जीवन को पीछे मुड़कर देखता हूँ, तो मुझे बहुत सारी असफलताएँ दिखाई देती हैं।	2

	I feel I am a complete failure as a person. मुझे लगता है कि मैं एक व्यक्ति के रूप में पूरी तरह से असफल हूँ।	3
4	I get as much satisfaction out of things as I used to मुझे चीजों से उतनी ही संतुष्टि मिलती है, जितनी मुझे पहले मिलती थी।	0
	I don't enjoy things the way I used to. मैं चीजों का उस तरह से आनंद नहीं लेता जैसे मैं करता था।	1
	I don't get real satisfaction out of anything anymore. मुझे अब किसी भी चीज से वास्तविक संतुष्टि नहीं मिलती।	2
	I am dissatisfied or bored with everything. मैं हर चीज से असंतुष्ट या ऊब चुका हूँ।	3
5	I don't feel particularly guilty मैं विशेष रूप से दोषी महसूस नहीं करता	0
	I feel guilty a good part of the time. मैं उस समय का एक अच्छा हिस्सा दोषी महसूस करता हूँ।	1
	I feel quite guilty most of the time. मैं ज्यादातर समय खुद को काफी दोषी महसूस करता हूँ।	2
	I feel guilty all of the time मैं हर समय दोषी महसूस करता हूँ।	3
6	I don't feel I am being punished. मुझे नहीं लगता कि मुझे सजा मिल रही है।	0
	I feel I may be punished. मुझे लगता है कि मुझे सजा मिल सकती है।	1
	I expect to be punished. मुझे सजा मिलने की उम्मीद है।	2
	I feel I am being punished. मुझे लगता है कि मुझे सजा दी जा रही है।	3
7	I don't feel disappointed in myself. मुझे अपने आप में निराशा नहीं है।	0
	I am disappointed in myself. मैं अपने आप में निराश हूँ।	1
	I am disgusted with myself. मुझे अपने आप से घृणा है।	2
	I hate myself. मैं खुद से नफरत करता हूँ।	3
8	I don't feel I am any worse than anybody else. मुझे नहीं लगता कि मैं किसी और से भी बदतर हूँ।	0
	I am critical of myself for my weaknesses or mistakes. मैं अपनी कमजोरियों या गलतियों के लिए स्वयं की आलोचना करता हूँ।	1
	I blame myself all the time for my faults. मैं हर समय अपनी गलतियों के लिए खुद को दोषी मानता हूँ।	2
	I blame myself for everything bad that happens. जो कुछ भी बुरा होता है उसके लिए मैं खुद को दोषी मानता हूँ।	3
9	I don't have any thoughts of killing myself. मुझे खुद को मारने का कोई विचार नहीं है।	0
	I have thoughts of killing myself, but I would not carry them out. मेरे मन में खुद को मारने का विचार है, लेकिन मैं उन्हें पूरा नहीं करूँगा।	1
	I would like to kill myself. मैं खुद को मारना चाहूँगा।	2
	I would kill myself if I had the chance. मौका मिला तो मैं खुदकुशी कर लूँगा।	3
10	I don't cry any more than usual. मैं सामान्य से अधिक नहीं रोता।	0
	I cry more now than I used to. मैं अब पहले से ज्यादा रोता हूँ।	1
	I cry all the time now. मैं अब हर समय रोता हूँ।	2
	I used to be able to cry, but now I can't cry even though I want to. मैं रोता था, लेकिन अब मैं चाहकर भी रो नहीं सकता।	3
11	I am no more irritated by things than I ever was. मैं पहले की तुलना में चीजों से अधिक चिढ़ नहीं रहा हूँ।	0
	I am slightly more irritated now than usual. मैं अब सामान्य से थोड़ा अधिक चिड़चिड़ी हो गई हूँ।	1

	I am quite annoyed or irritated a good deal of the time. मैं काफी समय से काफी नाराज या चिड़चिड़ी हूँ।	2
	I feel irritated all the time. मैं हर समय चिढ़ महसूस करता हूँ।	3
12	I have not lost interest in other people. मैंने दूसरों में दिलचस्पी नहीं खोई है।	0
	I am less interested in other people than I used to be. मुझे पहले की तुलना में अन्य लोगों में कम दिलचस्पी है।	1
	I have lost most of my interest in other people. मैंने अन्य लोगों में अपनी अधिकांश रुचि खो दी है।	2
	I have lost all of my interest in other people. मैंने अन्य लोगों में अपनी सारी रुचि खो दी है।	3
13	I make decisions about as well as I ever could. मैं जितना हो सके उतना अच्छा निर्णय लेता हूँ।	0
	I put off making decisions more than I used to. मैंने पहले से कहीं अधिक निर्णय लेना बंद कर दिया।	1
	I have greater difficulty in making decisions more than I used to. मुझे पहले की तुलना में निर्णय लेने में अधिक कठिनाई होती है।	2
	I can't make decisions at all anymore. मैं अब बिल्कुल भी निर्णय नहीं ले सकता।	3
14	I don't feel that I look any worse than I used to. मुझे नहीं लगता कि मैं पहले से ज्यादा खराब दिखती हूँ।	0
	I am worried that I am looking old or unattractive. मुझे चिंता है कि मैं बूढ़ा या अनाकर्षक दिख रहा हूँ।	1
	I feel there are permanent changes in my appearance that make me look unattractive. मुझे लगता है कि मेरे रूप-रंग में स्थायी परिवर्तन होते हैं जो मुझे अनाकर्षक बनाते हैं।	2
	I believe that I look ugly. मेरा मानना है कि मैं बदसूरत दिखती हूँ।	3
15	I can work about as well as before. मैं पहले की तरह ही काम कर सकता हूँ।	0
	It takes an extra effort to get started at doing something. किसी काम को शुरू करने के लिए अतिरिक्त मेहनत करनी पड़ती है।	1
	I have to push myself very hard to do anything. मुझे कुछ भी करने के लिए बहुत मेहनत करनी पड़ती है।	2
	I can't do any work at all. मैं बिल्कुल कोई काम नहीं कर सकता।	3
16	I can sleep as well as usual. मैं हमेशा की तरह सो सकता हूँ।	0
	I don't sleep as well as I used to. मुझे पहले की तरह नींद नहीं आती।	1
	I wake up 1-2 hours earlier than usual and find it hard to get back to sleep. मैं सामान्य से 1-2 घंटे पहले उठता हूँ और मुझे फिर से सोने में मुश्किल होती है।	2
	I wake up several hours earlier than I used to and cannot get back to sleep. मैं पहले की तुलना में कई घंटे पहले उठता हूँ और फिर से सो नहीं पाता।	3
17	I don't get more tired than usual. मैं सामान्य से अधिक नहीं थकता।	0
	I get tired more easily than I used to. मैं पहले की तुलना में अधिक आसानी से थक जाता हूँ।	1
	I get tired from doing almost anything. मैं लगभग कुछ भी करने से थक जाता हूँ।	2
	I am too tired to do anything. मैं कुछ भी करने के लिए बहुत थका हुआ हूँ।	3
18	My appetite is no worse than usual. मेरी भूख सामान्य से अधिक नहीं है।	0
	My appetite is not as good as it used to be. मेरी भूख उतनी अच्छी नहीं है जितनी पहले हुआ करती थी।	1
	My appetite is much worse now. मेरी भूख अब बहुत खराब है।	2
	I have no appetite at all anymore. मुझे अब बिल्कुल भी भूख नहीं लगती है।	3

19	I haven't lost much weight, if any, lately. मैंने हाल ही में बहुत अधिक वजन कम नहीं किया है, यदि कोई है।	0
	I have lost more than five pounds. मैंने पांच पाउंड से अधिक वजन कम किया है।	1
	I have lost more than ten pounds. मैंने दस पाउंड से ज्यादा वजन कम किया है।	2
	I have lost more than fifteen pounds. मैंने पन्द्रह पाउंड से अधिक वजन कम किया है।	3
20	I am no more worried about my health than usual. मैं अपने स्वास्थ्य के बारे में सामान्य से अधिक चिंतित नहीं हूँ।	0
	I am worried about physical problems like aches, pains, upset stomach, or constipation. मैं दर्द, दर्द, पेट खराब या कब्ज जैसी शारीरिक समस्याओं को लेकर चिंतित हूँ।	1
	I am very worried about physical problems and it's hard to think of much else. मैं शारीरिक समस्याओं को लेकर बहुत चिंतित हूँ और इसके अलावा और कुछ सोचना मुश्किल है।	2
	I am so worried about my physical problems that I cannot think of anything else. मैं अपनी शारीरिक समस्याओं को लेकर इतना चिंतित हूँ कि मैं कुछ और सोच भी नहीं सकता।	3
21	I have not noticed any recent change in my interest in sex. मैंने सेक्स में अपनी रुचि में हाल ही में कोई बदलाव नहीं देखा है।	0
	I am less interested in sex than I used to be. मुझे पहले की तुलना में सेक्स में कम दिलचस्पी है।	1
	I have almost no interest in sex. मुझे सेक्स में लगभग कोई दिलचस्पी नहीं है।	2
	I have lost interest in sex completely. मेरी सेक्स में रुचि पूरी तरह से खत्म हो गई है।	3

THANK YOU! धन्यवाद!