

JOA Bel Ağrısı Değerlendirme Anketi

Aşağıdaki soruları, geçen haftaki sağlık durumunuza göre, sizin için en uygun seçeneği işaretleyerek yanıtlayın. Eğer durumunuz gün içinde veya günden güne değişiklik gösteriyorsa soruları *en kötü* halinize göre yanıtlayın.

S1-1 Bel ağrınızı azaltmak için duruşunuzu sık sık değiştirirsiniz.

- 1) Evet 2) Hayır

S1-2 Bel ağrınız nedeniyle normalden daha sık uzanırsınız.

- 1) Evet 2) Hayır

S1-3 Beliniz hemen her zaman ağrır.

- 1) Evet 2) Hayır

S1-4 Bel ağrısı nedeniyle iyi uyuyamıyorsunuz. (Eğer ağrı nedeniyle uyku ilacı kullanıyorsanız 'evet uyuyamıyorum'u işaretleyin)

- 1) Evet uyuyamıyorum 2) Hayır uyuyabiliyorum

S2-1 Bel ağrısı nedeniyle bazı işleri yaparken bazen başka birisinden yardım istersiniz.

- 1) Evet 2) Hayır

S2-2 Bel ağrısı nedeniyle öne eğilmek veya diz çökmekten kaçınırsınız.

- 1) Evet 2) Hayır

S2-3 Bel ağrısı nedeniyle sandalyeden kalkarken güçlük çekersiniz.

- 1) Evet 2) Hayır

S2-4 Bel ağrısı nedeniyle yatakta dönmekte güçlük çekersiniz.

- 1) Evet 2) Hayır

S2-5 Bel ağrısı nedeniyle çorap, külotlu çorap veya tayt giymekte güçlük çekersiniz.

- 1) Evet 2) Hayır

S2-6 Şu hareketlerden herhangi birinde güçlük çeker misiniz; öne eğilmek, diz çökmek veya başınızı öne eğmek?

- 1) Çok güçlük çekerim
2) Biraz güçlük çekerim
3) Güçlük çekmem

S3-1 Bel ağrısı nedeniyle sadece kısa mesafe yürürsünüz.

- 1) Evet 2) Hayır

S3-2 Bel ağrısı nedeniyle günün çoğunu oturarak geçirirsiniz.

- 1) Evet 2) Hayır

S3-3 Bel ağrısı nedeniyle merdivenleri normalden daha yavaş çıkarsınız.

- 1) Evet 2) Hayır

S3-4 Merdiven çıkmakta güçlük çeker misiniz ?

- 1) Çok güçlük çekerim
2) Biraz güçlük çekerim
3) Güçlük çekmem

S3-5 On beş dakikadan daha uzun süre yürümekte güçlük çeker misiniz?

- 1) Çok güçlük çekerim
- 2) Biraz güçlük çekerim
- 3) Güçlük çekmem

S4-1 Bel ağrısı nedeniyle bu günlerde günlük ev işlerinizden hiçbirini yapamıyorsunuz.

- 1) Evet yapıyorum
- 2) Hayır yapabiliyorum

S4-2 İşinizi ya da olağan aktivitelerinizi istediğiniz gibi yapabiliyor musunuz?

- 1) Hiçbir zaman yapamıyorum.
- 2) Çoğu zaman yapamıyorum
- 3) Bazen yapamıyorum
- 4) Çoğu zaman yapabiliyorum
- 5) Her zaman yapabiliyorum

S4-3 Rutin işleriniz ağrı nedeniyle aksadı mı?

- 1) Çok fazla
- 2) Orta düzeyde
- 3) Hafifçe (biraz)
- 4) Çok az
- 5) Hiç

S5-1 Bel ağrısı nedeniyle diğer insanlar sizi normalden daha sık rahatsız ediyor veya sinirlendiriyor.

- 1) Evet
- 2) Hayır

S5-2 Şu anki sağlık durumunuz nasıl?

- 1) Kötü
- 2) Vasat
- 3) İyi
- 4) Çok iyi
- 5) Mükemmel

S5-3 Umutsuzluk ve bıkkınlık yaşıyor musunuz?

- 1) Her zaman
- 2) Sıklıkla
- 3) Bazen
- 4) Nadiren
- 5) Hiçbir zaman

S5-4 Kendinizi tükenmiş hissediyor musunuz?

- 1) Her zaman
- 2) Sıklıkla
- 3) Bazen
- 4) Nadiren
- 5) Hiçbir zaman

S5-5 Kendinizi mutlu hissediyor musunuz ?

- 1) Her zaman
- 2) Sıklıkla
- 3) Bazen
- 4) Nadiren
- 5) Hiçbir zaman

S5-6 Sağlığınızın iyi olduğunu düşünüyor musunuz?

- 1) Hayır (sağlığım çok kötü)
- 2) Nadiren iyi olduğunu düşünüyorum (sağlığım kötü)
- 3) Pek iyi olmadığını düşünüyorum (sağlığım ortalama)
- 4) Oldukça iyi olduğunu düşünüyorum (sağlığım ortalamanın üstünde)
- 5) Evet (sağlıklıyım)

S5-7 Sağlığınız kötüye gidecek gibi hissediyor musunuz?

- 1) Nerdeyse her zaman
- 2) Sıklıkla
- 3) Bazen evet bazen hayır
- 4) Pek değil
- 5) Hiçbir zaman

0 hiç ağrı (veya uyuşukluk) yok' ve 10 'hayal edebileceğiniz en şiddetli ağrı (veya uyuşukluk)' olarak kabul ederek, aşığıdaki çizgileri geçtiğimiz haftaki en şiddetli ağrı (veya uyuşukluk) derecenizi gösterecek şekilde 0 ile 10 arasında işaretleysin.

Bel ağrısının derecesi

0 _____ 10

Kalça ve bacaklardaki ağrı derecesi

0 _____ 10

Kalça ve bacaklardaki uyuşukluk derecesi

0 _____ 10

JOA Bel Ağrısı Değerlendirme Sorgulaması İçin Kullanıcı Kılavuzu (JOABPEQ) (2007.3.8)

İlk basamak hastaların 25 soruyu kendilerinin cevaplandırmasıdır. Daha sonra araştırmacı, ilgili alt boyutlar için verilen hesaplama formüllerine göre beş fonksiyonel skoru hesaplar (altta verilen 1. kaynağa bakınız). Lütfen JOA ve JSSR sitelerindeki ücretsiz Excel dosyasını kullanın. Böylece skorlar otomatik olarak hesaplanabilir.

- Her fonksiyonel skor hastanın subjektifliğine dayanan bir değerlendirmeyi gösterdiği için, doktora benzer görünen semptomlar aynı skorla sonuçlanmayabilir.
- Her alt boyutun skoru 0 ile 100 arasındadır, yüksek skorlar daha iyi durumu belirtir.
- Beş fonksiyonel skor, bağımsız olarak kullanılmalıdır. Hepsini veya bir kaçını toplamının bir anlamı yoktur, dolayısıyla toplam bir skor elde etmek için çalışmayın.
- Beş şiddet skorunun, normal bir dağılımı takip ettiği doğrulanmadığından (Tablo 1), non-parametrik istatistiksel testler kullanılmalıdır.

Hesaplama

- Fonksiyonel skor sadece o alt boyut için tüm sorular cevaplandırıldıysa hesaplanmalıdır. Örneğin, eğer 1-1. soru cevaplandırılmamışsa, diğer 24 soru cevaplandırılrsa bile 'Bel Ağrısı' skoru hesaplanamaz. Ancak diğer dört skor hesaplanabilir.
 - 3-5 numaralı sorunun cevabının hem 'Yürüme kabiliyeti' hem de 'Sosyal yaşam fonksiyonu' skorlarında kullanıldığına dikkat edin.
- Hesaplanamayan alt boyutun fonksiyonları değerlendirilemez olarak kabul edilir. Temsil edilen alt boyutların değerlendirilebilen fonksiyonel skorları, beşi de değilse, istatistiksel analizde tek tek gruplar arası karşılaştırma için kullanılabilir.
- Excel dosyası yazılımı, her kişi için şiddet skorlarının iki farklı zamandaki değişimini otomatik olarak hesaplamak için tasarlanmıştır, (örneğin tedavi öncesi ve sonrası). Böylece spesifik bir tedavinin etkisi değerlendirilebilir. Ancak sonuçlar sadece bir kez girilmişse, sadece o zamanı gösteren şiddet skorları hesaplanabilir.

- Excel yazılımında sadece tüm soruların cevaplandırıldığı alt boyutun fonksiyonel skoru gösterilir. Fonksiyonel skorlarda iki zaman aralığında farklılık 20 birim artıyorsa, fonksiyon 'etkili' olarak değerlendirilir.

▪ Eğer hasta bir alt boyutdaki hiçbir soruyu yanıtlamamışsa:

- Alt boyutun fonksiyonel skoru cevaplandırılmamış soruları da içerdiğinden hesaplanamaz ve hasta, bu alt boyutle yapılacak skor analizlerinin gruplar arası karşılaştırmalarından çıkarılmalıdır.
- Bir tedavinin 'etkili' olduğu kanaatine şöyle varılabilir;

- 1) Bir alt boyutun fonksiyonel skorunu hesaplamak için hastanın tüm sorulara cevap vermesi gerekir ve skorda ≥ 20 puandan fazla artış olması, veya
- 2) Cevaplandırılmayan soruların en kötü seçenek olduğu düşünüldüğünde bile tedaviden sonra fonksiyonel skorun >90 puan olması,

Bir tedavinin etkinliği sadece yukarıda belirtilen iki durumda değerlendirilebilir.

Analiz

- Bir hasta grubuna analiz sırasında fonksiyonel skorlar uygun olarak nasıl ifade edilir
Yazıda: median (minimum değer-maksimum değer) veya median (%25 değeri-%75 değeri)
Grafide: kutu grafik
- Tek bir kez ölçümde, farklı gruplar arasında karşılaştırma (örn, tedavi öncesi)
 - Belli bir zamanda (örneğin, tedavi öncesi) farklı gruplar arasında 'istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur' diye belirtmek istediğinizde
İki grupta için: Mann-Whitney U-testini kullanın (Wilcoxon rank-sum testi de kullanılabilir)
İki gruptan daha fazlası için: Kruskal-Wallis testi kullanın.
Her iki durumda da, önem seviyesi %20 veya altında ayarlandıktan sonra null hipotezi red edilmezse 'gruplar arasında anlamlı farklılık yoktur' diyebilirsiniz (altta verilen 3. kaynağa bakınız).

- ‘Belli bir zamanda, farklı guruplar arasında istatistiksel anlamlı farklılık var (örneğin tedavi öncesi)’ cümlesini kullanmak istiyorsanız
İki gurup için: Mann-Whitney U-testini kullanın (Wilcoxon rank-sum testi de kullanılabilir).
İki guruptan daha fazlası için: Kruskal-Wallis testi kullanın.
Her iki durumda da, null hipotezi uygun olarak belirlenmiş önem düzeyine karşı reddediliyorsa ‘iki gurup arasında anlamlı farklılık vardır’ denilebilir. Post hoc testi gibi, bir non-parametrik çoklu karşılaştırma testi kullanılmalıdır.
- Tedavinin terapötik etkisini değerlendirmek için (örneğin; tedavi öncesi ve sonrası gibi iki farklı zamanda yapılan çalışmalarda)

Bireysel olarak değerlendirilen hastalar için

- 1) Tedavi sonrası skor tedavi öncesi ile karşılaştırıldığında ≥ 20 puan artıyorsa
 - 2) Tedavi öncesi skor < 90 ’a ve tedavi sonrası ≥ 90 ’a ulaşıyorsa
- 1) veya 2)’den biri izlenirse tedavi ‘etkili’ olarak değerlendirilir.

Bir gurup için

(‘etkili’ olarak değerlendirilen hasta sayısı)/[(guruptaki toplam hasta sayısı)-(tedavi öncesi ve sonrası skorlarının ikisi de ≥ 90 olan hasta sayısı)]

Farklı guruplar arasında, bir tedavinin etkinliğinin farkının (bir gurup, iki gurup, veya daha fazla) değerlendirilmesi

Tedavi öncesi ve sonrası skorları ≥ 90 olan hastalar çıkarıldıktan sonra aşağıdakilerden her hangi birini kullanın:

1) Her gurup için etkinlik oranını hesaplayın ve sonra popülasyon oranında testler uygulayın.

2) Bireysel olarak hastalarda iki zaman arasındaki farklılığı hesapladıktan sonra, guruplardaki skor dağılımının normal olduğunu kabul ederek parametrik gurup karşılaştırma testlerini uygulayın (iki gurup için t-testi; üç gurup ve daha fazlası için tek yönlü varyans analizi ve çoklu karşılaştırmalı post hoc testleri)

▪ Bireysel olarak hastalardaki skorların farklılığının, normal dağılıma uyduğunu kabul ederek analizini yapabilirsiniz (altta verilen 2. kaynağa bakınız).

▪ İki gurup karşılaştırmasında tedavi öncesi anlamlı farklılık yokken tedavi sonrası anlamlı farklılık tespit edilmesi, tedavi öncesi ve tedavi sonrası ilgili veri göz önüne alınmadığından iki gurup arasında tedavinin etkisinin anlamlı farklı olduğu gibi yanıltıcı bir karara yol açabilir.