颈椎功能障碍指数问卷

这份问卷有助我们了解颈痛如何影响您的日常生活。请回答所有问题，每题请只选择一个最能贴切描述您现在颈痛情况的答案。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1🞎🞎🞎🞎🞎🞎 | 疼痛強度：我此刻沒有疼痛此刻疼痛非常轻微此刻有中等程度的疼痛此刻疼痛相当严重此刻疼痛非常严重此刻疼痛难以想像 | 6🞎🞎🞎🞎🞎🞎 | 集中注意力：我可以完全集中注意力，并且没有任何困难我可以完全集中注意力，但有轻微的困难当我想完全集中注意力时，有一定程度的困难当我想完全集中注意力时，有较多的困难当我想完全集中注意力时，有很大的困难我完全不能集中注意力 |
| 2🞎🞎🞎🞎🞎🞎 | 生活情況（洗漱穿衣等）：我可以正常照顾自己，而不会引起额外的疼痛我可以正常照顾自己，但会引起额外的疼痛我在照顾自己的时候会出现疼痛，需慢慢的、小心地进行我的日常生活需要一些幫忙我每天的大多数日常生活活动都需要照顾我不能穿衣，洗漱也很困难，需要卧床 | 7🞎🞎🞎🞎🞎🞎 | 工作：我可以做很多我想做的工作我可以做日常的工作，但不能太多我只能做大部分的日常工作，但不能太多我不能做我的日常工作我几乎不能工作任何工作我都无法做 |
| 3🞎🞎🞎🞎🞎🞎 | 提起重物：我可以提起重物，且不会引起额外的疼痛我可以提起重物，但会引起额外的疼痛疼痛会妨碍我从地板上提起重物，但如果重物放在桌子上合适的位置，我可以设法提起它疼痛会妨碍我提起重物，但可以提起中等重量的物体我可以提起轻的物体我不能提起或搬动任何物体 | 8🞎🞎🞎🞎🞎🞎 | 驾驶：**(注：如没有驾驶，无须填写此栏)**我能驾驶而没有任何颈痛我想驾驶就可以驾驶，仅有轻微颈痛我想驾驶就可以驾驶，但有中度颈痛我想驾驶，但不能驾驶，因有中度颈痛因严重的颈痛，我几乎不能驾驶因颈痛，我完全不能驾驶 |
| 4🞎🞎🞎🞎🞎🞎 | 阅读：我可以随意阅读，且不会引起颈痛我可以随意阅读，但会引起轻度颈痛我可以随意阅读，但会引起中度颈痛因中度的颈痛，使得我不能随意阅读因严重的颈痛，使我阅读困难我完全不能阅读 | 9🞎🞎🞎🞎🞎🞎 | 睡眠：我睡眠没问题我的睡眠稍受影响（失眠，少于1小时）我的睡眠轻度受影响（失眠，1-2个小时）我的睡眠中度受影响（失眠，2-3个小时）我的睡眠重度受影响（失眠， 3-5个小时）我的睡眠完全受影响（失眠，5-7个小时） |
| 5🞎🞎🞎🞎🞎🞎 | 头痛：我完全没有头痛我有轻微的头痛，但不经常发生我有中度头痛，但不经常发生我有中度头痛，且经常发生我有严重的头痛，且经常发生我几乎一直都有头痛 | 10🞎🞎🞎🞎🞎🞎 | 娱乐：我能参与所有的娱乐活动，且没有颈痛我能参与所有的娱乐活动，但有一些颈痛因颈痛，我只能参与大部分的娱乐活动因颈痛，我只能参与少量的娱乐活动因颈痛，我几乎不能参与任何娱乐活动我不能参与任何娱乐活动 |