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 |