

患者立脚肩関節評価法 Shoulder 36 (V 1.3)

回答日：20 年 月 日

()

以下の () のどちらかを○で囲んでください。

性別 (男性 ・ 女性) あなたの効き手は (右 ・ 左) 側。

患側 (悪い肩) は、 (右肩 ・ 左肩 ・ 両肩)。

両肩とも正常でない場合は、今回どちらの肩について評価するかを決めてください。

今回は、 (右肩 ・ 左肩) について回答します。(両肩とも悪い場合は、左右の肩それぞれについて、別個の質問票にお答えください。)

診断名 ()

現在のあなたの患側の肩の状態を評価するために、以下の36項目の質問にお答えください。

重症度5段階 (0～4) の点数で答えていただきます。値が大きいほど良好な状態であることを示します。医師など医療関係者の面前ではアンケートに回答しないようにしてください。

各質問項目が、

困難なく出来る場合は	4
やや困難だが出来る場合は	3
困難だが何とか自分で出来る場合は	2
かなり困難または他人の助けを借りないと出来ない場合は	1
全く出来ない場合は	0

を各項目の右の (4・3・2・1・0) のいずれかひとつを選び○で囲んで下さい。

普段行わない項目内容については、行った場合を想像した上でご記入下さい。
項目内容がよく理解できない場合は、他のアンケート項目にお答えになった後に、
医師(または担当者)にお聞きください。(極力回答してください。しかし、
どうしても答えられない項目は無理に回答しなくて結構です。)

記入例

回答例

質問) 靴下をはく

(4・③・2・1・0)

それでは、以下の 36 の質問にお答えください。

回 答

1. 自宅での日常生活活動をする (4・3・2・1・0)
2. 目の高さで新聞を大きく広げる (4・3・2・1・0)
3. 患側の手でズボンの後ろポケットに手をのばす (4・3・2・1・0)
4. ジャケットの袖に患側の腕を通す (4・3・2・1・0)
5. セーターを頭からかぶって着る (4・3・2・1・0)
6. 衣服を脱ぐ (4・3・2・1・0)
7. ジャケットをハンガーにかける (4・3・2・1・0)
8. 頭の後ろで両手を組む (4・3・2・1・0)
9. 両手で洗顔をする (4・3・2・1・0)
10. 自分で髪をとかす (4・3・2・1・0)
11. 患側の手で反対側のわきの下を洗う (4・3・2・1・0)
12. 患側の手でシャワーヘッドを持って全身くまなく水を浴びる (4・3・2・1・0)
13. タオルの両端をもって患側の手を上にして背中を洗う (4・3・2・1・0)
14. 両手で雑巾 (タオル) を絞る (4・3・2・1・0)
15. お盆 (トレー) でスープの入った皿を運ぶ (4・3・2・1・0)
16. テーブル上の調味料 (醤油、食塩、コショウなど) を患側の手を伸ばしてとる (4・3・2・1・0)
17. 食事をする (4・3・2・1・0)
18. エプロンのひもを後ろで結ぶ (4・3・2・1・0)
19. 皿をスポンジで洗う (4・3・2・1・0)
20. 患側の手で頭より上の棚に皿を置く (4・3・2・1・0)

※ 本評価法を許可なく変更して使用することを禁ずる。 (コピー使用可)

日本整形外科学会・日本肩関節学会

- | | |
|--|---------------|
| 21. 患側の手で、水がいっぱい入ったやかんを持つ | (4・3・2・1・0) |
| 22. 拍手を 10 回する | (4・3・2・1・0) |
| 23. 両手を挙げて背伸びをする | (4・3・2・1・0) |
| 24. 患側を下にして寝る | (4・3・2・1・0) |
| 25. 十分な睡眠がとれる | (4・3・2・1・0) |
| 26. 過去 1 週間疲れなく過せた | (4・3・2・1・0) |
| 27. 両手を横に水平に挙げ 1 分間保つ | (4・3・2・1・0) |
| 28. 左右の手を前後に振って歩く | (4・3・2・1・0) |
| 29. 日常生活で、普段患側（悪い方）を使って行うことを、健側（良い方）を使わずに出来る | (4・3・2・1・0) |
| 30. 患側の手で目の高さの窓を拭く | (4・3・2・1・0) |
| 31. 自宅近くでの買い物をする | (4・3・2・1・0) |
| 32. 傘（ワンタッチでないもの）を患側の手で開く | (4・3・2・1・0) |
| 33. バスや電車を利用する | (4・3・2・1・0) |
| 34. 患側の手でバスや電車のつり革につかまる | (4・3・2・1・0) |
| 35. リクリエーションレベルの運動で肩（上肢）を使う | (4・3・2・1・0) |
| 36. 競技レベルの運動で肩（上肢）を使う | (4・3・2・1・0) |

アンケートは以上で終了です。ありがとうございました。以下は記入不要です。

評価

ドメイン	疼痛	可動域	筋力	健康感	日常生活動作	スポーツ能力
点数						

All right reserved by the Japanese Orthopaedic Association (2010)

※ 本評価法を許可なく変更して使用することを禁ずる。 （コピー使用可）