

THE

DASH

The JSSH Version

上肢障害評価表 (DASH) の記入について

この質問表は、あなたの手の症状や能力 (どの程度できたか?) についてお聞きするものです。

それぞれの質問に対して、先週 1 週間の状態を、該当するものに○をつけて答えて下さい。

その中にあなたが先週 1 週間で実際に行っていないものがあつた場合は、どの程度にできたかを想像して、できるだけすべての質問にお答え下さい。

各動作を行うにあたって、左右どちらかの手あるいは両手を使ったかは関係ありません。あなたがどの程度できたのかに○をして下さい。(あなたが普通は右手で字を書いている、先週は何かのトラブルで左手で書いていたなら、左手で字を書く動作について最も当てはまる項目に○をつけて下さい。)

お名前 _____ 年齢 _____

男 / 女 利き腕 右 / 左

記入日 年 月 日

以下は当方で記入します。

診断 _____

手術日 年 月 日

手術方法 _____

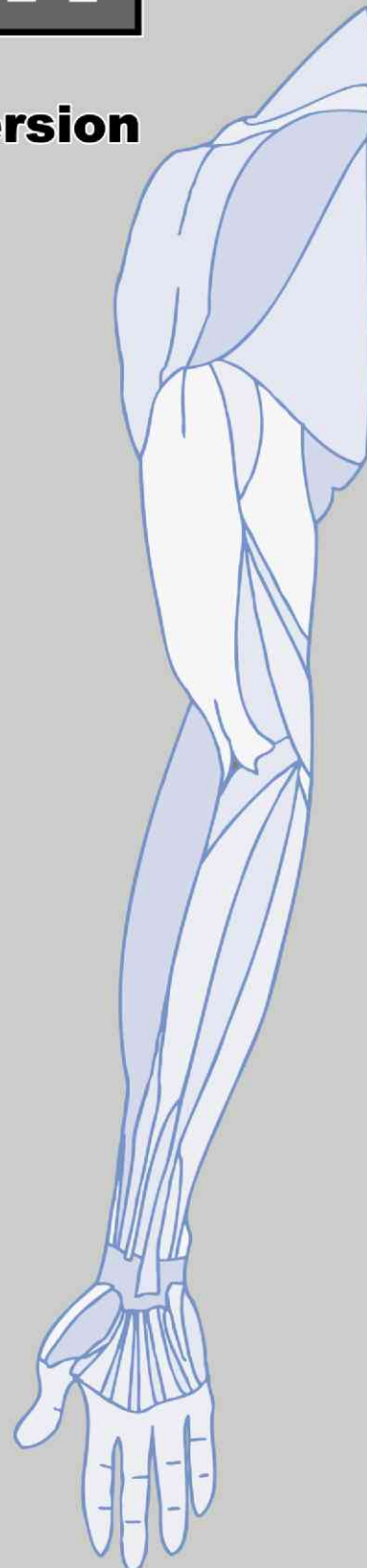
カルテ番号 _____

DASH score _____

Disability/symptom _____

Sports/music _____

Work _____



DISABILITIES OF THE ARM, SHOULDER AND HAND

先週 1 週間に次にあげる動作ができたかどうか、該当する状態の番号を で囲んで下さい。

- | | | | | | |
|---|-----------|---------|----------|----------|-----------|
| 1. きつめのまたは新しいピンのフタを開ける | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 2. 書く | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 3. カギを回す | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 4. 食事の支度をする | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 5. 重いドアを開ける | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 6. 頭上の棚に物を置く | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 7. 重労働の家事をする(壁ふきや床掃除など) | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 8. 庭仕事をする | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 9. ベッドメイキングまたは布団を敷く | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 10. 買い物バックや書類かばんを持ち運ぶ | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 11. 重い物を運ぶ(5kg 以上) | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 12. 頭上の電球を交換する | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 13. 洗髪やヘアードライヤーを使用する | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 14. 背中を洗う | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 15. 頭からかぶるセーターを着る | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 16. 食事ナイフを使う | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 17. 軽いレクリエーションをする(例: トランプ、編み物、碁、将棋など) | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 18. 肩、腕や手に筋力を必要とするか、それらに衝撃のかかるレクリエーション活動をする
(ゴルフ・テニス・キャッチボールをする、ハンマーを使うなど) | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 19. 腕を自由に動かすレクリエーション活動をする(フリスビー、パドミントンなど) | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 20. 交通機関の利用が自由にできる(移動の際に) | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |
| 21. 性生活をする | 1: 全く困難なし | 2: やや困難 | 3: 中等度困難 | 4: かなり困難 | 5: できなかった |

DISABILITIES OF THE ARM, SHOULDER AND HAND

22. 腕・肩・手の障害が、家族、友人、隣人、あるいは仲間との正常な社会生活をどの程度妨げましたか

1：まったくなかった 2：ややあった 3：中等度あった 4：かなりあった 5：極度にあった

23. 腕・肩・手の障害によって先週の仕事・日常生活に制限がありましたか

1：制限なし 2：やや制限 3：中等度制限 4：かなり制限 5：極度に制限

先週1週間の症状について、該当する番号を で囲んで下さい。

24. 腕・肩・手に痛みがある

1：まったくなかった 2：ややあった 3：中等度あった 4：かなりあった 5：何もできないほど

25. 特定の運動をしたときに腕・肩・手に痛みがある

1：まったくなかった 2：ややあった 3：中等度あった 4：かなりあった 5：何もできないほど

26. 腕・肩・手がチクチク痛む(ピンや針を刺したような痛み)

1：まったくなかった 2：ややあった 3：中等度あった 4：かなりあった 5：何もできないほど

27. 腕・肩・手に力がはまらない

1：まったくなかった 2：ややあった 3：中等度あった 4：かなりあった 5：何もできないほど

28. 腕・肩・手にこわばり感がある

1：まったくなかった 2：ややあった 3：中等度あった 4：かなりあった 5：何もできないほど

29. 腕・肩・手の痛みによって眠れないときがありましたか

1：まったくなかった 2：ややあった 3：中等度あった 4：かなりあった 5：眠れないほど

30. 腕・肩・手の障害のために、自分の能力に自信がないとか、使いづらいと思っていますか

1：まったく思わない 2：あまり思わない 3：何とも言えない 4：そう思う 5：非常に思う

DISABILITIES OF THE ARM, SHOULDER AND HAND

スポーツ / 芸術活動（選択項目）

楽器の演奏やスポーツをするにあたって、あなたの肩・腕・手の障害がどの程度影響しているか以下の質問に答えて下さい。もしあなたがひとつ以上のスポーツもしくは楽器演奏などを行っている場合は、あなたが最も重要だと考えている活動について答えて下さい。

その活動は： _____

私は楽器の演奏やスポーツをしません。（以下の1から4の質問には答える必要はありません）

先週1週間で、あなたの状態を最も示している番号を _____ で囲んで下さい。

なにか困難がありましたか？

1．スポーツ、もしくは楽器演奏においていつもの活動ができましたか

1：全く困難なし 2：やや困難 3：中等度困難 4：かなり困難 5：できなかった

2．腕、肩、手の痛みのために活動がどの程度制限されましたか

1：全く困難なし 2：やや困難 3：中等度困難 4：かなり困難 5：できなかった

3．自分の思うように活動ができましたか

1：全く困難なし 2：やや困難 3：中等度困難 4：かなり困難 5：できなかった

4．いつもと同じ時間できましたか

1：全く困難なし 2：やや困難 3：中等度困難 4：かなり困難 5：できなかった

仕事（選択項目）

あなたの仕事（家事を含む）をするにあたって、あなたの腕・肩・手の障害がどの程度影響しているか以下の質問に答えて下さい。

あなたの仕事は： _____

私は働いていません。（以下の1から4の質問には答える必要はありません）

先週1週間で、あなたの状態を最も示している番号を _____ で囲んで下さい。

なにか困難がありましたか？

1．仕事において、いつもの活動ができましたか

1：全く困難なし 2：やや困難 3：中等度困難 4：かなり困難 5：できなかった

2．腕・肩・手の痛みのために仕事が制限されましたか

1：全く困難なし 2：やや困難 3：中等度困難 4：かなり困難 5：できなかった

3．自分の思うように仕事ができましたか

1：全く困難なし 2：やや困難 3：中等度困難 4：かなり困難 5：できなかった

4．いつもと同じ時間仕事ができましたか

1：全く困難なし 2：やや困難 3：中等度困難 4：かなり困難 5：できなかった