



## DASH punktu aprēķins

2002. gada pavasarī iepazīstinājām ar mainītu punktu aprēķina metodi DASH anketai. Šī jaunā metode ir **algebriski ekvivalenta** oriģinālam, bet tā ir vienkāršāka, daudz efektīvāka un mazāk komplikēta lietošanai, ja ir iztrūkstoši dati. Šo iemeslu dēļ, rekomendējam izmantot šo mainīto metodi; neskatoties uz to, kura metode tiek pielietota, rezultāts abos gadījumos būs vienāds.

DASH sastāv no divām komponentēm: modulis ar jautājumiem par nespēju/simptomiem (30 jautājumi, vērtējums no 1 līdz 5), veicot ikdienas aktivitātes, un modulis ar jautājumiem par augstas intensitātes sporta/izpildītājmākslas/darba aktivitātēm (4 jautājumi, vērtējums no 1 - 5).

## Nespējas/simptomu vērtējums

Ne mazāk kā 27 no 30 jautājumiem jābūt atbildētiem, lai būtu iespējams aprēķināt rezultātu. Atzīmēto jautājumu vērtības saskaita un aprēķina vidējo, izdalot ar atbildēto jautājumu skaitu. Šo iegūto vērtību pārveido 100 punktu intervālā, atņemot 1 un rezultātu reizinot ar 25. Šīs izmaiņas tika veiktas, lai būtu vieglāk salīdzināt ar citām vērtībām 0 – 100 punktu skalā. Augstāka iznākuma vērtība norāda uz lielāku nespēju.

DASH nespējas/simptomu vērtības aprēķins =  
$$\left[ \frac{\text{(atbilžu vērtību n summa)}}{n} - 1 \right] \times 25,$$

Kur n norāda uz atbildēto jautājumu skaitu.

## Izvēles moduļi (sporta/izpildītājmākslu vai darba)

Katrs izvēles modulis sastāv no četriem jautājumiem, kuru ir iespēja pildīt vai nepildīt, pamatojoties uz jautājumu saturu. Izvēles moduļa mērķis ir identificēt specifiskas grūtības, kuras profesionāli atlēti/izpildītājmākslinieki vai paaugstinātas intensitātes darba izpildītāji pieredz uzdevuma izpildes laikā, bet ar kurām nesastopas veicot ikdienas aktivitātes un kuras nebūtu iespējams identificēt DASH 30 jautājumu modulī.

Tādi paši soļi, kas aprakstīti iepriekš, veicot rezultātu aprēķinu, jāveic arī izvēles moduļa rezultāta iegūšanā. Visiem četriem jautājumiem ir jābūt atbildētiem, lai iegūtu rezultātu. Saskaista visas iegūto jautājumu atbildētās vērtības un dala ar četri (jautājumu skaits); atņem 1 un reizina ar 25, iegūstot vērtību 100 punktu intervālā.

## Iztrūkstošo jautājumu vērtības

Ja vairāk kā 10% no jautājumiem nav atbildēti (tas ir vairāk kā trīs jautājumi), nav iespējams iegūt DASH nespējas/simptomu moduļa vērtību. Vadoties pēc šī paša likuma (tas ir ne vairāk kā 10% jautājumu drīkst būt neatbildēti), neviena iztrūkstoša atbilde uz jautājumu nav pieļaujama sporta/izpildītājmākslu vai darba modulī, jo modulis sastāv tikai no četriem jautājumiem. Šis iztrūkstošo atbilžu "likums" attiecas gan uz oriģinālo, gan mainīto vērtību aprēķināšanas metodi.