Quick DASH गुण पद्धती

Quick DASH हे दोन भागात गुणांकित केले जाते अक्षमता/ लक्षणे ह्यासंबंधिचे प्रश्न (११ प्रश्न, गुण १ ते ५ मध्ये) आणि पर्यायी उच्च कार्यक्षमतेचे खेळ अथवा संगीत किंवा कार्यक्षमता संबंधित भाग (४ प्रश्न गुण १ ते ५ मध्ये)

अक्षमता/लक्षणांचे गुण :-

सदर गुनाणंची गणना करण्यासाठी ११प्रश्नापेकी किमान १० प्रश्न उत्तरित असावेत. सर्व उत्तरे दिले गेलेल्या पर्यायांचे मूल्य एकत्र बेरीज करून मिळवले जाईल आणि त्याची सरासरी काढली जाईल; जेणेकरून५ मध्ये गुण मिळतील. ह्यानंतर मिळालेल्या मुल्याकनातून एक वजा करून त्याला २५ ने गुणले जाऊन त्याची किंमत १०० पैकी मुल्यांकन परिवर्तित केली जाईल. हे परिवर्तन इतर ०-१०० मापन पद्धतींशी तुलना करण्यासाठी सोपे व्हावे यासाठी केले आहे. जेवढे जास्त मूल्य तेवढी जास्त अक्षमता असे समजले जाईल.

Quick DASH अक्षमता/लक्षणे मूल्य (गुण) = [(उत्तरांच्या पर्यायांची बेरीज)-1] x २५/ N

n = किती उत्तरे पूर्ण दिली ती संख्या

ऐच्छिक नियामक (क्रीडा/ललितकला)

प्रत्येक पर्यायी नियमकात ४ प्रश्न विचारले गेले आहेत. काही ठराविक गुणधर्म असल्यामुळे हे प्रश्न सर्वांनाच उत्तर देता येतील असे नाहीत. ह्या पर्यायी नियामकांचे उद्देश हे खासकरून व्यावसायिक खेळाडू तसेच ललितकला सादरकर्ते ह्यांना होऊ शकणाऱ्या त्यांच्या व्यवसायाशी निगडित विशिष्ट अक्षमतेविषयी जाणून घेण्यासाठी आहे. ह्या अक्षमतेचा त्यांच्या दैनंदिन कामावर परिणाम होत नाही, म्हणून कादाचीत Quick DASH च्या ११ प्रश्नांमध्ये आढळून येणार नाही.

वरील नमूद केलेली गुणपद्धतीच ह्या पर्यायी ४ प्रश्नावलींच्या नियामकासांठी सुद्धा वापरली जाते. इथे चारही प्रश्नांची उत्तरे मिळणे गुण मोजण्यासाठी गरजेचे आहे; केवळ चारही पर्यायांच्या मुल्यांची बेरीज करून ४ ने भागावे, ह्यातून १ वजा करून २५ ने गुणावे आणि १०० मध्ये एक मूल्य मिळवावे.

गहाळ झालेले घटक

जेव्हा १०% हुन अधिकघटक (म्हणजे ३ हुन अधिक प्रश्न) अनुत्तरितअसतील तेव्हा Quick DASH चे अक्षमता/लक्षणांचे मूल्यांकन केले जाऊ शकत नाही. ह्याच नियमास अनुसरून (म्हणजे १०% हुन अधिक गहाळ घटक) ह्या कार्यक्षमतेच्या क्रीडा/ललितकला सादरकर्त्यांच्या नियामकात एकही प्रश्न अनुत्तरित असल्यास ह्या पर्यायी नियामकांचे मूल्यांकन केले जाऊ शकत नाही; कारण ह्या नियामकांमध्ये केवळ ४ प्रश्न आहेत. गहाळ घटकांचा नियम हा मूळ तसेच सुधारित दोन्ही गुणपद्धतीं मध्ये लागू होतो.