

कील स्टार्ट ब्याक स्क्रिनिङ्ग टुल

(The Keele STarT Back Screening Tool)

विरामीको नाम :.....

मिति :.....

पछिल्लो २ हप्ताका बारेमा सोचेर तलका प्रश्नहरूको उत्तरमा (√) चिह्न लगाउनुहोस् ।

	असहमत छु	सहमत छु
	०	१
१. पछिल्लो २ हप्तामा मेरो ढाडको दुखाई खुट्टासम्म सरेको छ ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
२. पछिल्लो २ हप्तामा कुनै समयमा मेरो कुम वा गर्दन दुखेको थियो ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
३. ढाडको दुखाईले गर्दा म छोटो दुरी मात्र हिँडेको छु ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
४. पछिल्लो २ हप्तामा ढाडको दुखाईले गर्दा लुगा अलि बिस्तारै लगाउनु परेको छ ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
५. मेरो जस्तो अवस्थाको व्यक्तिलाई शारीरिक रूपमा सक्रिय (<i>physically active</i>) हुनु त्यति सुरक्षित हुँदैन ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
६. प्रायजसो मेरो मनमा चिन्ताजनक सोचहरू आइरहन्छ ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
७. मेरो ढाडको दुखाई यति डरलाग्दो छ कि मलाई यो कहिल्यै सुधार हुन्छ जस्तो लाग्दैन ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
८. सामान्यतया पहिले रमाउने कुराहरूमा म आजकल त्यति रमाउन सकिदैन ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

९. समग्रमा, बितेको २ हप्तामा ढाड दुखाईले तपाईंलाई कतिको सताएको छ ?

छँदैछैन	अलिअलि	ठिकै	धेरै	एकदमै धेरै
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
०	०	०	१	१

कुल अंक (सबै ९): _____

आंशिक अंक (प्रश्न ५-९): _____

कील स्टार्ट ब्याक स्क्रिनिङ्ग टुल स्कोरिङ

