

# कील स्टार्ट ब्याक स्क्रिनिङ टुल

## (The Keele STarT Back Screening Tool)

विरामीको नाम :.....

मिति :.....

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

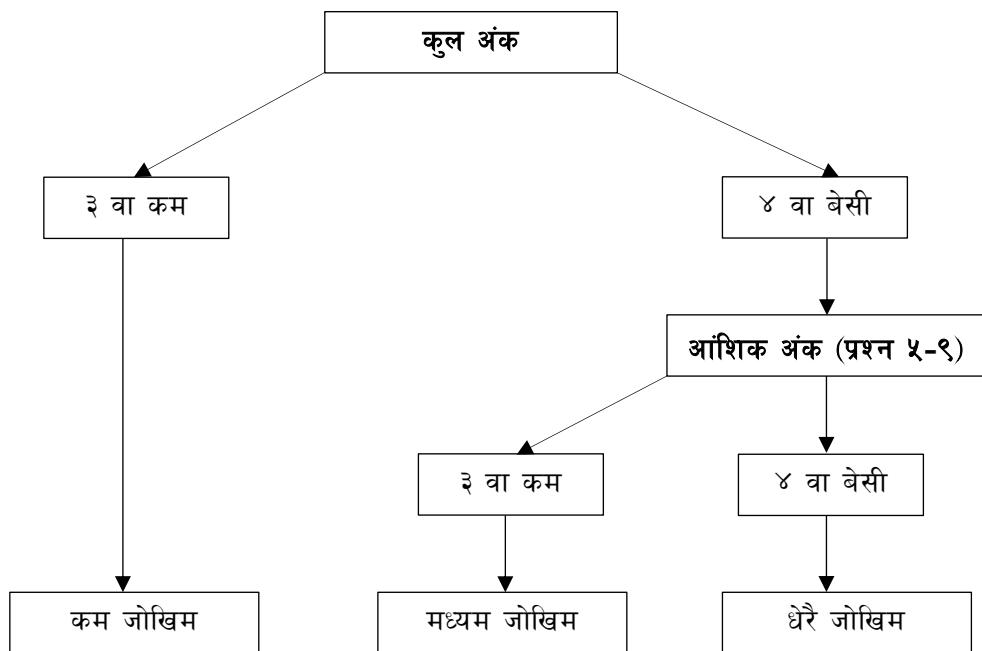
	असहमत		सहमत	
	छु	छु	छु	छु
	०	१	०	१
१. पछिल्लो २ हप्तामा मेरो ढाडको दुखाई खट्टासम्म सरेको छ ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
२. पछिल्लो २ हप्तामा कुनै समयमा मेरो कुम वा गर्दन दुखेको थियो ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
३. ढाडको दुखाईले गर्दा म छोटो दुरी मात्र 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 हुदैन ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
६. प्रायजसो मेरो मनमा चिन्ताजनक सोचहरु आइरहन्छ ।	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
७. मेरो ढाडको दुखाई यति डरलागदो 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 कत्तिको सताएको छ ?				

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

कुल अंक (सबै ९): \_\_\_\_\_

आंशिक अंक (प्रश्न ५-९): \_\_\_\_\_

## कील स्टार्ट व्याक स्कोरिङ टुल स्कोरिङ



The Nepali STarT Back translation was led by Saurab Sharma and Riju Maharjan. Questionnaire translations were conducted by Anupa Pathak, Tika Regmi, Jeniya Maharjan, Amit Dangol, Riju Maharjan