

# QuickDASH

## OUTCOME MEASURE

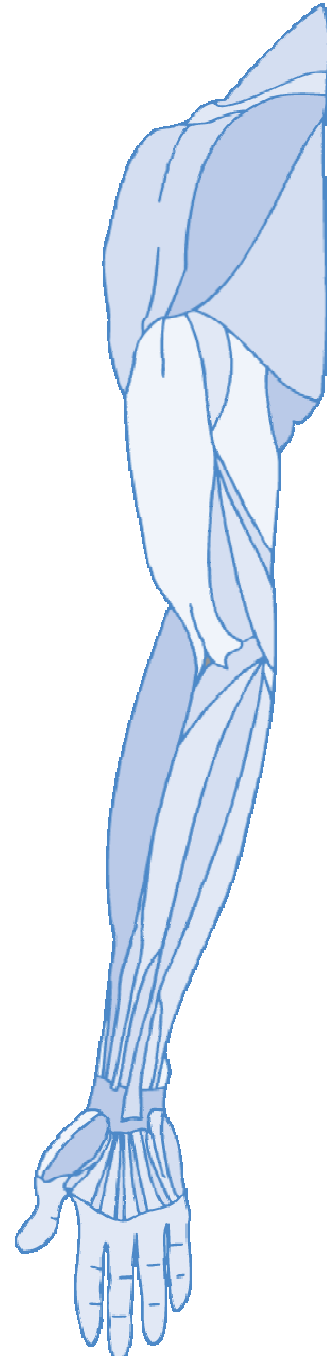
### ՀՐԱՀԱՆԳՆԵՐ

Այս հարցարանը հարցնում է Ձեր սիմպտոմների և որոշակի գործողություններ կատարելու կարողության մասին:

Խնդրում ենք պատասխանել յուրաքանչյուր հարցին, հիմնվելով վերջին շաբաթվա Ձեր առողջական վիճակի վրա՝ **չրջանակի մեջ առնելով համապատասխան թիվը:**

Եթե հնարավորություն չեք ունեցել կատարել որևէ գործողությունը վերջին շաբաթվա ընթացքում, ապա խնդրում ենք ըստ ձեր հաշվարկների նշել, թե որը կլիներ ամենահարմար պատասխանը:

Կարևոր չէ, թե որ ձեռքը կամ թևն եք գործածում գործողությունը կատարելու համար; Խնդրում ենք պատասխանել, հիմնվելով տվյալ գործողությունը կատարելու Ձեր ունակության վրա՝ անկախ այն բանից, թե ինչպես եք ինքնուրույն կատարում այդ գործողությունը:



# QuickDASH

Խնդրում ենք գնահատել հետևյալ գործողությունները կատարելու Ձեր ունակությունը վերջին շաբաթում՝ շրջագծելով համապատասխան պատասխանի տակ գտնվող թիվը:

	Դժվարություն չկա	Թեթև դժվարություն	Չափավոր դժվարություն	Մեծ դժվարություն	Անկարող
1. Բացել պտուտակավոր կափարիչով ամուր փակված կամ նոր բանկա:	1	2	3	4	5
2. Կատարել ծանր կենցաղային աշխատանք (օրինակ, լվանալ պատերը, հատակը):	1	2	3	4	5
3. Կրել խանութային պայուսակ կամ ճամպուրակ:	1	2	3	4	5
4. Լվանալ Ձեր մեջքը:	1	2	3	4	5
5. Դանակով ուտելիք կտրել:	1	2	3	4	5
6. Զբաղմունքներ, որոնք պահանջում են որոշակի ուժ կամ հրուժ ձեր թևի, ուսի կամ ձեռքի կողմից (օր., ավել, մրձահարել, թենիս):	1	2	3	4	5

	Բոլորովին	Թեթևակի	Չափավոր	Բավականին	Ծայրահեղ
7. Անցյալ շաբաթ որչափ է թևի, ուսի կամ ձեռքի պորբլեմը խանգարել Ձեր բնականոն սոցիալական կյանքին՝ ընտանիքի, ընկերների, հարևանների, այլ խմբերի հետ շփվելիս:	1	2	3	4	5

	Բոլորովին սահմանափակված չէ	Թեթևակի սահմանափակված	Չափավոր սահմանափակված	Շատ սահմանափակված	Անկարող
8. Անցյալ շաբաթ սահմանափակ եղե՞լ եք Ձեր աշխատանքի կամ այլ ամենօրյա գործողությունների մեջ՝ որպես թևի, ուսի կամ ձեռքի պորբլեմի արդյունք:	1	2	3	4	5

Խնդրում ենք գնահատել հետևյալ սիմպտոմների արտահայտվածության աստիճանը վերջին շաբաթում՝ շրջագծելով համապատասխան պատասխանի տակ գտնվող թիվը:

	Ամենևին	Թեթև	Չափավոր	Շատ	Ծայրահեղ
9. Թևի, ուսի կամ ձեռքի ցավ:	1	2	3	4	5
10. Ծակծկոցներ (ասեղանման) թևում, ուսում կամ ձեռքում:	1	2	3	4	5

	Դժվարություն չկա	Թեթև դժվարություն	Չափավոր դժվարություն	Մեծ դժվարություն	Այնքան դժվար, որ չեմ կարողանում քնել
11. Անցյալ շաբաթ որքա՞ն դժվարություն եք ունեցել քնելիս՝ թևի, ուսի կամ ձեռքի ցավի պատճառով:	1	2	3	4	5

QuickDASH-Armenian անկարողություն / սիմպտոմ գնահատական =  $\left( \frac{[n \text{ պատասխանների գումար}]}{n} - 1 \right) \times 25$ , որտեղ n-ը

հավասար է լրացված պատասխանների քանակին:

QuickDASH-Armenian գնահատականը չի կարող հաշվվել, եթե կա ավելի քան 1 բաց թողնված կետ:

© Institute for Work & Health 2006. All rights reserved.

Armenian translation courtesy of Davit O. Abrahamyan MD, PhD and Gevorg Yaghjian MD, PhD, Plastic Reconstructive Surgery and Microsurgery Center, University Hospital No 1. Yerevan, Armenia.

## ԱՇԽԱՏԱՆՔԻ ԲԱԺԻՆ (ԸՆՏՐՈՂԱԿԱՆ)

Հետևյալ հարցերը հարցնում են Ձեր աշխատունակության (ներառյալ տնային գործերը, եթե դա հանդիսանում է ձեր հիմնական աշխատանքը) վրա թևի, ուսի կամ ձեռքի պրոբլեմի ազդեցության մասին: Խնդրում ենք նշել Ձեր գործը / աշխատանքը: \_\_\_\_\_

Ես չեմ աշխատում. (Կարող եք բաց թողնել այս բաժինը):

Խնդրում ենք շրջանակի մեջ առնել այն թիվը, որը լավագույնս նկարագրում է ձեր ֆիզիկական կարողությունները անցած շաբաթ: Արդյոք դժվարություն ունեցե՞լ եք.

	Դժվարու- թյուն չկա	Թեթև դժվարություն	Չափավոր դժվարություն	Մեծ դժվարություն	Անկարող
1. Աշխատել Ձեր սովորական եղանակով:	1	2	3	4	5
2. Կատարել Ձեր սովորական աշխատանքը՝ թևի, ուսի կամ ձեռքի ցավի պատճառով:	1	2	3	4	5
3. Կատարել Ձեր աշխատանքն այնպես, ինչպես կցանկանայիք:	1	2	3	4	5
4. Ծախսելու Ձեր աշխատանքի կատարման սովորական ժամանակը:	1	2	3	4	5

## ԱԿՏԻՎ ՍՊՈՐՏԱԶԵՎԵՐ / ԵՐԱԺԻՇՏՆԵՐ (ԸՆՏՐՈՂԱԿԱՆ)

Հետևյալ հարցերը վերաբերվում են երաժշտական գործիք նվագելու և/կամ սպորտով զբաղվելու վրա ձեր թևի, ուսի կամ ձեռքի պրոբլեմի ազդեցությանը: Եթե մեկից ավելի երաժշտական գործիք եք նվագում կամ սպորտով զբաղվում (կամ երկուսով էլ զբաղվում եք), ապա պատասխանեք համապատասխան այն գործունեությանը, որը Ձեզ համար առավել կարևոր է:

Խնդրում ենք նշել այն սպորտաձևը կամ երաժշտական գործիքը, որը ձեզ համար  
առավել կարևորն է. \_\_\_\_\_

Ես սպորտով չեմ զբաղվում կամ երաժշտական գործիք չեմ նվագում (կարող եք բաց թողնել այս բաժինը):

Խնդրում ենք շրջանակի մեջ առնել այն թիվը, որը լավագույնս նկարագրում է Ձեր ֆիզիկական կարողությունները անցած շաբաթ: Արդյոք դժվարություն ունեցե՞լ եք.

	Դժվարու- թյուն չկա	Թեթև դժվարություն	Չափավոր դժվարություն	Մեծ դժվարություն	Անկարող
1. Երաժշտական գործիք նվագելու կամ սպորտով զբաղվելու սովորական տեխնիկան կիրառելիս:	1	2	3	4	5
2. Երաժշտական գործիք նվագելիս կամ սպորտով զբաղվելիս՝ բազկի, ուսի կամ ձեռքի ցավի պատճառով:	1	2	3	4	5
3. Երաժշտական գործիք նվագելիս կամ սպորտով զբաղվելիս այնպես, ինչպես կցանկանայիք:	1	2	3	4	5
4. Ծախսելու Ձեր մարզվելու, երաժշտական գործիք նվագելու կամ սպորտով զբաղվելու սովորական ժամանակը:	1	2	3	4	5

**ԸՆՏՐՈՂԱԿԱՆ ԲԱԺԻՆՆԵՐԻ ԳՆԱՀԱՏԱԿԱՆՆԵՐԻ ՀԱՇՎՈՒՄԸ.** գումարեք յուրաքանչյուր պատասխանի համար  
նշված արժեքները, բաժանեք 4-ի (հարցերի քանակը), հանեք 1 ու բազմապատկեք 25-ով:

**Ընտրողական բաժնի գնահատականը չի կարող հաշվվել, եթե կա թեկուզ 1 բաց թողնված կետ:**