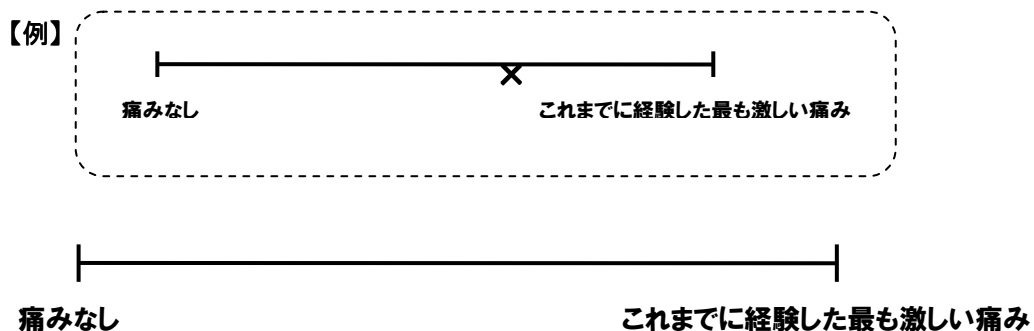


参考資料 3-4 日本版変形性膝関節症患者機能評価表  
(JKOM : Japan Knee Osteoarthritis Measure)

**膝の状態についての質問票**

I. 次の線は、膝の痛みの程度をおたずねするものです。左の端を「痛みなし」、右の端をこれまで経験した「最も激しい痛み」としたときに、この数日間にあなたの痛みの程度はどのあたりでしょうか。

**線の上でこの辺りと思われるところに×印を付けてください。**



II. この数日間のあなたの膝の状態についてお聞きます。

以下の質問について、当てはまる回答を1つ選び、数字に○をつけてください。

1) この数日間、朝、起きて動き出す時に膝がこわばりますか。	1	こわばりはない
	2	少しこわばる
	3	中程度にこわばる
	4	かなりこわばる
	5	ひどくこわばる
2) この数日間、朝、起きて動き出す時に膝が痛みますか。	1	全く痛くない
	2	少し痛い
	3	中程度痛い
	4	かなり痛い
	5	ひどく痛い
3) この数日間、夜間、睡眠中に膝が痛くて目が覚めることがありますか。	1	全くない
	2	たまにある
	3	ときどきある

	4	しばしばある
	5	毎晩ある
4) この数日間、平らなところを歩くと膝が痛みますか。	1	全く痛くない
	2	少し痛い
	3	中程度痛い
	4	かなり痛い
	5	ひどく痛い
5) この数日間、階段を昇る時に膝が痛みますか。	1	全く痛くない
	2	少し痛い
	3	中程度痛い
	4	かなり痛い
	5	ひどく痛い
6) この数日間、階段を下りる時に膝が痛みますか。	1	全く痛くない
	2	少し痛い
	3	中程度痛い
	4	かなり痛い
	5	ひどく痛い
7) この数日間、しゃがみこみや立ち上がりの時に膝が痛みますか。	1	全く痛くない
	2	少し痛い
	3	中程度痛い
	4	かなり痛い
	5	ひどく痛い
8) この数日間、ずっと立っているとき膝が痛みますか。	1	全く痛くない
	2	少し痛い
	3	中程度痛い
	4	かなり痛い
	5	ひどく痛い

### III. この数日間のあなたの日常生活の状態についてお聞きします。

9) この数日間、階段の昇り降りほどの程度困難ですか。	1	困難ではない
	2	少し困難
	3	中程度困難
	4	かなり困難
	5	非常に困難
10) この数日間、しゃがみこみや立ち上がりほどの程度困難で	1	困難ではない

すか。	2	少し困難
	3	中程度困難
	4	かなり困難
	5	非常に困難
11) この数日間、洋式トイレからの立ち上がりはどの程度困難ですか。	1	困難ではない
	2	少し困難
	3	中程度困難
	4	かなり困難
	5	非常に困難
12) この数日間、ズボン、スカート、パンツなどの着替えはどの程度困難ですか。	1	困難ではない
	2	少し困難
	3	中程度困難
	4	かなり困難
	5	非常に困難
13) この数日間、靴下をはいたり脱いだりすることはどの程度困難ですか。	1	困難ではない
	2	少し困難
	3	中程度困難
	4	かなり困難
	5	非常に困難
14) この数日間、平らなところを休まずにどれくらい歩けますか。	1	30分以上歩ける
	2	15分ぐらい歩ける
	3	家のまわりを歩ける程度
	4	家の中を歩ける程度
	5	ほとんど歩けない
15) この数日間、杖を使っていますか。	1	全く使わない
	2	たまに使う
	3	ときどき使う
	4	しばしば使う
	5	必ず使う
16) この数日間、日用品などの買い物はどの程度困難ですか。	1	困難ではない
	2	少し困難
	3	中程度困難
	4	かなり困難

	5	非常に困難
17) この数日間、簡単な家事(食卓の後片付けや部屋の整理など)はどの程度困難ですか。	1	困難ではない
	2	少し困難
	3	中程度困難
	4	かなり困難
	5	非常に困難
18) この数日間、負担のかかる家事(掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど)はどの程度困難ですか。	1	困難ではない
	2	少し困難
	3	中程度困難
	4	かなり困難
	5	非常に困難

**IV. この1カ月、あなたのふだんしていることや外出などについてお聞きます。**

19) この1カ月、催し物やデパートなどにはいきましたか。	1	週に2, 3回以上行った
	2	週に1回程度行った
	3	2週に1回程度行った
	4	月に1回行った
	5	全く行かなかった
20) この1カ月、膝の痛みのため、ふだんしていること(おけいごと、お友達とのつきあいなど)が困難でしたか。	1	困難ではない
	2	少し困難
	3	中程度困難
	4	かなり困難
	5	非常に困難
21) この1カ月、膝の痛みのため、ふだんしていること(おけいごと、お友達とのつきあいなど)を制限しましたか。	1	制限しなかった
	2	少し制限した
	3	半分ほど制限した
	4	かなり制限した
	5	全くやめていた
22) この1カ月、膝の痛みのため、近所への外出をあきらめたことがありますか。	1	ない
	2	1~2回あった
	3	数回あった
	4	よくあった
	5	ほとんどあきらめていた
23) この1カ月、膝の痛みのため、遠くへの外出をあきらめたこ	1	ない

とがありますか。	2	1～2回あった
	3	数回あった
	4	よくあった
	5	ほとんどあきらめていた

**V. この1カ月のあなたの健康状態についてお聞きします。**

24) この1カ月、ご自分の健康状態は人並みに良いと思いますか。	1	全くそう思う
	2	そう思う
	3	良いとも悪いとも言えない
	4	そう思わない
	5	全然そう思わない
25) この1カ月、膝の状態はあなたの健康状態に悪く影響していると思いますか。	1	全く影響はないと思う
	2	少し悪い影響があると思う
	3	中程度悪い影響があると思う
	4	かなり悪い影響があると思う
	5	ひどく悪い影響があると思う