"Lifting The Burden"

Oficiālā sadarbībā ar Pasaules Veselības organizāciju

Globāla kampaņa pret galvassāpēm

HALT-90 Indekss*

(Zaudētais laiks galvassāpju dēļ – 90 dienas)

Pirms ārstēšanas uzsākšanas Jums var tikt izsniegta šī aptaujas anketa. Jūsu atbildes uz pieciem vienkāršiem jautājumiem palīdzēs mums saprast, kādā mērā galvassāpes ietekmē Jūsu dzīvi, kā arī noteikt un vadīt Jums piemērotāko ārstēšanu.

Lūdzu, uzmanīgi atbildiet uz šiem pieciem jautājumiem:

*

1 Cik **dienas pēdējo trīs mēnešu laikā** Jūs **nevarējāt apmeklēt** darbu vai skolu galvassāpju dēļ? ☐☐

2 Cik **dienas pēdējo trīs mēnešu laikā** Jūs spējāt paveikt **mazāk par pusi** no ierastā darba vai skolas uzdevumu apjoma galvassāpju dēļ? ☐☐
(Neiekļaujiet dienas, kuras ieskaitījāt 1. jautājumā par darba vai skolas kavēšanu.)

3 Cik **dienas pēdējo trīs mēnešu laikā** Jūs **nespējāt veikt nekādus** mājsaimniecības darbus galvassāpju dēļ? ☐☐
(Neiekļaujiet dienas, kuras ieskaitījāt 1. un 2. jautājumā.)

4 Cik **dienas pēdējo trīs mēnešu laikā** Jūs spējāt paveikt **mazāk par pusi** no ierastajiem mājsaimniecības darbiem galvassāpju dēļ? ☐☐
(Neiekļaujiet dienas, kuras ieskaitījāt jebkurā no iepriekšējiem jautājumiem.)

5 Cik **dienas pēdējo trīs mēnešu laikā** Jūs **palaidāt garām** ģimenes, sociālās vai brīvā laika aktivitātes galvassāpju dēļ? ☐☐

Vērtēšana līmeņos (I–IV secīgi norāda uz pieaugošu vajadzību pēc medicīniskās aprūpes; gan III, gan IV norāda uz augstu medicīniskās aprūpes nepieciešamību)

0–5	Minimāla vai salīdzinoši reta ietekme	Līmenis I
6–10	Neliela vai salīdzinoši reta ietekme	Līmenis II
11–20	Vidēja ietekme	Līmenis III
20+	Izteikta ietekme	Līmenis IV

KOPĀ ☐☐☐

***HALT anketa veidota, balstoties uz pirmajiem pieciem MIDAS (*Migrēnas darba nespējas novērtēšanas skala*) jautājumiem, kurus izstrādājuši R. B. Liptons un W.F. Stjuarts**