

Su sveikata susijusios gyvenimo kokybės vertinimas naudojant SF-36 klausimyną

Margarita STANIŪTĖ

Kauno medicinos universiteto Psichofiziologijos ir reabilitacijos institutas

Su sveikata susijusi gyvenimo kokybė yra vertinama naudojant anketas. Vienas dažniausiai naudojamų bendrųjų klausimynų yra SF-36 klausimynas (Trumpa sveikatos apklausos forma, angl. *Short Form 36 Medical Outcomes Study questionnaire*) [1], kuris susideda iš 36 klausimų, atspindinčių aštuonias gyvenimo sritis: fizinį aktyvumą, veiklos apribojimą dėl fizinių negalavimų ir emocinių sutrikimų, socialinius ryšius, emocinę būseną, energingumą/gyvybingumą, skausmą ir bendrąjį sveika-

tos vertinimą. SF-36 yra plačiai taikomas klausimynas, 1992–2005 m. laikotarpiu jis yra minimas apie 4400 publikacijų.

SF-36 KLAUSIMYNO MODELIS

Naudojant šį klausimyną yra vertinama pastarųjų keturių savaičių savijauta.

Pav. iliustruoja klausimų ir sričių sistematiką. Yra 3 lygiai: (1) klausimai; (2) aštuonios sritys, kurios kiekviena ap-

Klausimai	Balai	Sritis	
3a energinga veikla			
3b vidutinio sunkumo veikla			
3c kėlimas, nešimas maisto prekių			
3d lipimas laiptais keletą aukštų			
3e lipimas vieną aukštą	1–3	Fizinis aktyvumas = $((FA-10)/20) \times 100$	
3f pasilenkimas, klūpojimas		FA = $3a+3b+3c+3d+3e+3f+3g+3h+3i+3j$	
3g ėjimas 1,5 km			
3h ėjimas 0,5 km			
3i ėjimas 100 m			
3j prausimasis, rengimasis			
4a sumažino laiką			
4b atlieka mažiau	0–1	Veiklos apribojimas dėl fizinių negalavimų = $(VF/4) \times 100$	Fizinė sveikata
4c apribojo rūšį		VF = $4a+4b+4c+4d$	
4d iškilo sunkumų			
7 skausmo stiprumas	1–6	Skausmas = $((S-2)/9) \times 100$	
8 skausmo trukdymas	1–5	S = $7+8$	
1 bendras sveikatos vertinimas			
10a greičiau suserga			
10b kaip sveikas	1–5	Bendras sveikatos vertinimas = $((BSV-5)/20) \times 100$	
10c sveikata blogės		BSV = $1+10a+10b+10c+10d$	
10d sveikata puiki			
9a žvalus			
9e energingas	1–6	Energingumas/gyvybingumas = $((EG-4)/20) \times 100$	
9g išsekęs		EG = $9a+9e+9g+9i$	
9i pavargęs			
6 trukdymas bendravimui	1–5	Socialinė funkcija = $((SF-2)/9) \times 100$	
9j laiko apribojimas	1–6	SF = $6+9j$	
5a sumažino laiką			
5b atlieka mažiau	0–1	Veiklos apribojimas dėl emocinių sutrikimų = $(VE/3) \times 100$	Psichikos sveikata
5c nerūpestingas		VE = $5a+5b+5c$	
9b nervingas			
9c nusiminęs			
9d taikus	1–6	Emocinė būklė = $((EB-5)/25) \times 100$	
9f liūdnas		EB = $9b+9c+9d+9f+9h$	
9h laimingas			
9h laimingas			

Pav. SF-36 klausimyno modelis

jungia po 2–10 klausimų; ir (3) du apibendrinti matavimai, kurie jungia sritis. SF-36 gali pildyti pats tiriamasis ar apklausančias asmuo (popieriuje arba kompiuteriu) arba galima apklausti tiriamuosius telefonu. Tiriamųjų amžius – nuo 14 m. ir vyresni. Klausimyno pildymas užtrunka 5–10 min. Atsakymai yra vertinami balais ir pagal tam tikrą algoritmą apskaičiuojama kiekviena sritis [2]. Vienas atsakymas yra naudojamas tik vienai sričiai apskaičiuoti, o klausimas apie sveikatos pokytį metų laikotarpiu nėra naudojamas sritims apskaičiuoti. Kiekvienos srities skaitinė reikšmė yra nuo 0 iki 100 (100 balų rodo geriausią įvertinimą).

SF-36 KLAUSIMYNO TURINIO PAGRĖSTUMAS

SF-36 aštuonios sritys buvo atrinktos iš 40, įtrauktų į medicininių baigčių tyrimą (angl. *Medical Outcomes Study, MOS*) [3]. Sritis buvo atrinkta atsižvelgiant į tai, kokios yra dažniausiai vertinamos kituose dažnai naudojamuose klausimynuose bei kurios yra dažniausiai paveikiamos ligos ir gydymo. Daugumos SF-36 klausimų šaknys slypi tuose instrumentuose, kurie buvo naudojami nuo 1970 m. ir 1980 m. Yra įtraukti klausimai iš: bendro psichologinės gerovės klausimyno (angl. *General Psychological Well-Being Inventory, GPWBI*); įvairių fizinės veiklos funkcionavimo vertinimų; sveikatos suvokimo klausimyno (angl. *Health Perceptions Questionnaire, HPQ*); ir kitų klausimynų. MOS tyrėjai išrinko ir pritaikė anketos klausimus iš šių bei kitų šaltinių ir sukūrė naują klausimą, kurį sudarė 149 klausimai – funkcionavimo ir gerovės profilis (angl. *Functioning and Well-being profile*). Būtent iš šio klausimyno buvo atrinkti ir pritaikyti

SF-36 klausimai. 1988 m. buvo „kūrimo“ forma, o 1990 m. – „standartinė“. Turinio pagrėstumas buvo nustatytas lyginant SF-36 su kitais plačiai naudojamais bendraisiais sveikatos klausimynais [3]. Sisteminiis palyginimas parodė, kad SF-36 apima aštuonias dažniausiai vertinamas sveikatos sritis.

SF-36 KLAUSIMYNO JAUTRUMAS

Klausimyno jautrumas pokyčiui rodo jo gebėjimą aptikti įvykusį pacientų sveikatos būklės pasikeitimą. SF-36 yra jautrus pokyčiui, todėl gali būti naudojamas gyvenimo kokybei vertinti prieš ir po gydymo. Rezultatai, gauti klinikinių tyrimų, lyginusių pacientų gyvenimo kokybę prieš ir po gydymo, metu, parodė gerą SF-36 sričių tinkamumą. Pavyzdžiui, klinikiniai tyrimai parodė, kad trys fizinės sveikatos sritys (fizinio aktyvumo, veiklos apribojimo dėl fizinių negalavimų, skausmo) turi tendenciją labiausiai reaguoti į kelio sąnario ar į klubo sąnario pakeitimą [4, 5]. Priešingai, trys psichikos sveikatos sritys (emocinės būklės, veiklos apribojimo dėl emocinių sutrikimų ir socialinės funkcijos) labiausiai reaguoja į depresijos sunkumo pasikeitimus, taip pat ir į depresijos gydymą [6].

SF-36 klausimynas buvo sėkmingai naudojamas sergantiesiems įvairiomis ligomis: širdies ligomis [7,8], depresiniais sutrikimais [6], epilepsija [9, 10], cukriniu diabetu [11], migrena [12], po širdies persodinimo operacijų [13], sergantiesiems išemine širdies liga [14, 15], išeminiu insultu [16], varginamiems nugaros skausmo [17], sergantiesiems plaučių ligomis [18], po kelio sąnario protezavimo [19], po klubo sąnario protezavimo [20], sergantiesiems inkstų ligomis [21], varginamiems miego apnėjos [22].

SF-36 klausimynas

Anketoje pateikti klausimai apie Jūsų sveikatą, kaip Jūs jaučiatės ir kaip galite atlikti kasdienę veiklą. Jeigu nesate įsitikinęs, kaip atsakyti į kokį nors klausimą, prašome parinkite tinkamiausią atsakymą ir, jeigu norite, pateikite savo komentarus. Nepraleiskite per daug laiko atsakinėdami, nes greitas atsakymas dažnai ir būna teisingas.

1. Ar galite apskritai sakyti, kad Jūsų sveikata yra:

(Prašome pažymėti vieną atsakymą)

Puiki Labai gera Gera
Nebloga Bloga

2. Kaip pasikeitė Jūsų sveikata, palyginti su buvusiu prieš metus:

(Prašome pažymėti vieną atsakymą)

Daug geresnė negu prieš metus Truputį geresnė negu prieš metus
Panaši, kaip ir buvo Truputį blogesnė negu prieš metus
Daug blogesnė negu prieš metus

SVEIKATA IR KASDIENĖ VEIKLA

3. Šie klausimai yra apie veiklą, kurią Jūs atliekate kasdien. Ar Jūsų sveikata riboja šią veiklą? Jei taip, tai kiek?

(Prašome pažymėti vieną langelį kiekvienoje eilutėje)

Instrumentuotė

	Taip, labai riboja	Taip, trupučiai riboja	Ne, neriboja visai
a) Energinga veikla , tokia kaip bėgimas, sunkių daiktų kėlimas, dalyvavimas įtemptame sporte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Vidutinio sunkumo veikla , tokia kaip stalo perstūmimas, valymas dulkių siurbliu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Kėlimas ir nešimas maisto prekių	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Lipimas keletą aukštų laiptais	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Lipimas vieną aukštą	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Pasilenkimas, klūpojimas ar stovėjimas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Ėjimas daugiau negu 1,5 kilometro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Ėjimas pusę kilometro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) Ėjimas 100 metrų	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j) Prausimasis ir apsirengimas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Ar per pastarąsias 4 savaites Jums buvo kokių nors išvardytų problemų, susijusių su darbu ar kita reguliaria kasdiene veikla dėl fizinės sveikatos?

(Prašome atsakyti TAIP arba NE į kiekvieną klausimą)

	Taip	Ne
a) Mažiau laiko praleidžiate darbe ar kitur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Atlikote mažiau negu norėtumėte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Apribojote darbo rūšį ar kitą veiklą	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Iškilo sunkumų atliekant darbą ar kitą veiklą (pvz.: reikia daug daugiau pastangų)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Ar per pastarąsias 4 savaites buvo kokių nors išvardytų problemų, susijusių su darbu ar kita reguliaria kasdiene veikla, atsiradusių dėl kokių nors emocinių sutrikimų (tokių kaip depresijos ar nerimo)?

(Prašome atsakyti TAIP arba NE į kiekvieną klausimą)

	Taip	Ne
a) Mažiau laiko praleidžiate darbe ar kitur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Atlikote mažiau negu norėtumėte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Neatlikote darbo ar kitų užduočių taip rūpestingai, kaip paprastai	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Kaip Jūsų fizinė sveikata ar emocinės problemos trukdė Jums bendrauti su šeima, draugais, kaimynais ar kitomis žmonių grupėmis per pastarąsias 4 savaites?

(Prašome pažymėti vieną langelį)

Ne, visiškai ne	<input type="checkbox"/>	Nedaug	<input type="checkbox"/>	Vidutiniškai	<input type="checkbox"/>
Gana nemažai	<input type="checkbox"/>	Ypatingai	<input type="checkbox"/>		

7. Kokio intensyvumo būdavo kūno skausmai per pastarąsias 4 savaites?

(Prašome pažymėti vieną langelį)

Nebuvo	<input type="checkbox"/>	Labai silpni	<input type="checkbox"/>	Silpni	<input type="checkbox"/>
Vidutinio intensyvumo	<input type="checkbox"/>	Stiprūs	<input type="checkbox"/>	Labai stiprūs	<input type="checkbox"/>

8. Kaip per pastarąsias 4 savaites skausmas pertraukė Jūsų normalų darbą (įskaitant namų ruošą ir darbą ne namie)?

(Prašome pažymėti vieną langelį)

Ne, visai ne	<input type="checkbox"/>	Labai nedaug	<input type="checkbox"/>	Vidutiniškai	<input type="checkbox"/>
Gana nemažai	<input type="checkbox"/>	Ypatingai	<input type="checkbox"/>		

JŪSŲ JAUSMAI

9. Šie klausimai yra apie Jūsų savijautą ir kaip Jūs ją apibūdintumėte per paskutinį mėnesį. (Kiekvienam klausimui parinkite po vieną atsakymą.)

(Prašome pažymėti vieną langelį kiekvienoje eilutėje)

	Visada	Dažniausiai	Kartais	Retkarčiais	Retai	Niekada
Kaip dažnai per pastarąjį mėnesį:						
a) Jautėte gyvenimo pilnatvę?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Buvote labai nervingas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Jautėtės tokios blogos nuotaikos, kad niekas negalėjo Jūsų pralinksminėti?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Jautėtės ramus ir taikus?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Turėjote daug energijos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Jautėtės nuliūdęs ir niūrus?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Jautėtės išsisėmęs?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Buvote laimingas žmogus?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) Jautėtės pavargęs?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j) Jūsų sveikata apribojo Jūsų socialinę veiklą (kaip draugų ar artimų giminių lankymas)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

BENDRA SVEIKATA

10. Prašome parinkti atsakymą, kuris geriausiai išreiškia, teisingas ar klaidingas Jums yra kiekvienas iš šių tvirtinimų?

(Prašome pažymėti vieną langelį kiekvienoje eilutėje)

	Tiksliai teisingas	Dažniausiai teisingas	Nesu įsitikinęs	Dažniausiai klaidingas	Tiksliai klaidingas
a) Man atrodo, kad aš labiau linkęs sirgti negu kiti žmonės	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Aš esu toks sveikas, kaip ir kiti mano pažįstami	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Aš manau, kad mano sveikata blogės	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Mano sveikata puiki	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

LITERATŪRA:

- Ware J.E., Sherbourne C.D. The MOS 36-item short-form health survey (SF-36). I. Conceptual framework and item selection // *Med. Care.* – 1992, 30(6), p. 473–483.
- Jenkinson C., Layte R., Wright L., Coulter A. The U.K. SF-36: an analysis and interpretation manual. A guide to health status measurement with particular reference to the Short Form 36 health survey. – University of Oxford, 1996, p. 65.
- Ware J.E. SF-36 Health Survey Update // *Spine.* – 2000, 25(24), p. 3130–3139.
- March L., Cross M., Tribe K. et al. Cost of joint replacement surgery for osteoarthritis: the patients' perspective // *J. Rheumatol.* – 2002, 29(5), p. 1006–1014.
- Ostendorf M., van Stel H.F., Buskens E. et al. Patient-reported outcome in total hip replacement. A comparison of five instruments of health status // *J. Bone Joint. Surg. Br.* – 2004, 86(6), p. 801–808.
- Jarjoura D., Polen A., Baum E. et al. Effectiveness of Screening and Treatment for Depression in Ambulatory Indigent Patients // *Journal of General Internal Medicine.* – 2004, 19(1), p. 78–84.
- Bunch T.J., White R.D., Gersh B.J. et al. Long-term outcomes of out-of-hospital cardiac arrest after successful early defibrillation // *N. Engl. J. Med.* – 2003, 348(26), p. 2626–2633.
- Kamphuis M., Ottenkamp J., Vliegen H.W. et al. Health related quality of life and health status in adult survivors with previously operated complex congenital heart disease // *Heart.* – 2002, 87, p. 356–362.
- Wagner A.K., Bungay K.M., Kosinski M. et al. The health status of adults with epilepsy compared with that of people without chronic conditions // *Pharmacotherapy.* – 1996, 16(1), p. 1–9.
- Birbeck G., Kim S., Hays R.D., Vickrey B.G. Quality of life measures in epilepsy. How well can they detect change over time? // *Neurology.* – 2000, 54, p. 1822–1827.
- Edelman D., Olsen M.K., Dudley T.K. et al. Impact of diabetes screening on quality of life – Epidemiology/Health services/Psychosocial Research // *Diabetes Care.* – 2002, 25(6), p. 1022–1026.
- Wang S.J., Fuh J.L., Lu S.R., Juang K.D. Quality of life differs among headache diagnoses: analysis of SF-36 survey in 901 headache patients // *Pain.* – 2001, 89(2–3), p. 285–292.
- von Steinbuechel N., Limm H., Leopold C., Carr D. Assessment of health-related quality-of-life in patients after heart transplantation under therapy with tacrolimus or cyclosporine // *Transpl. Int.* – 2000, 13, p. S609–614.
- Lindsay G.M., Hanlon P., Smith L.N., Wheatley D.J. Assessment of changes in general health status using the short-form 36 questionnaire 1 year following coronary artery bypass grafting // *Eur. J. Cardiothorac. Surg.* – 2000, 18(5), p. 557–564.
- De Graaff J.C., Ubbink D.T., Kools E.L. et al. The impact of peripheral and coronary artery disease on health-related quality of life // *Ann. Vasc. Surg.* – 2002, 16(4), p. 495–500.
- Widar M., Ahlstrom G., Ek A.C. Health-related quality of life in persons with long-term pain after a stroke // *J. Clin. Nurs.* – 2004, 13(4), p. 497–505.
- Hee H.T., Whitecloud T.S., Myers L. et al. SF-36 health status of workers compensation cases with spinal disorders // *Spine J.* – 2001, 1(3), p. 176–182.
- Sato S., Nishimura K., Tsukino M. et al. Possible maximal change in the SF-36 of outpatients with chronic obstructive pulmonary disease and asthma // *J. Asthma.* – 2004, 41(3), p. 355–365.
- March L., Cross M., Tribe K. et al. Cost of joint replacement surgery for osteoarthritis: the patients' perspective // *J. Rheumatol.* – 2002, 29(5), p. 1006–1014.
- Ostendorf M., van Stel H.F., Buskens E. et al. Patient-reported outcome in total hip replacement. A comparison of five instruments of health status // *J. Bone Joint. Surg. Br.* – 2004, 86(6), p. 801–808.
- Frank A., Auslander G.K., Weissgarten J. Quality of life of patients with end-stage renal disease at various stages of the illness // *Soc. Work Health Care.* – 2003, 38(2), p. 1–27.
- Akashiba T., Kawahara S., Akahoshi T. et al. Relationship between quality of life and mood or depression in patients with severe obstructive sleep apnea syndrome // *Chest.* – 2002, 122(3), p. 861–865.