

HIT-6™ BASAĞRISI ETKİ TESTİ



Bu soru formu başağrılarınıza bağlı olarak neler hissettiğinizi ve neleri yapamadığınızı tanımlamanıza ve anlatmanıza yardımcı olmak üzere hazırlanmıştır.

Lütfen her soru için yalnızca bir kutuyu işaretleyerek formu doldurunuz.

1 Başağrınız olduğunda hangi sıklıkla ciddi bir ağrı duyarsınız?

Hiçbir zaman Nadiren Bazen Çoğunlukla Her zaman

2 Başağrılarınız ev işleri, iş yaşamı, okul veya sosyal etkinlikler gibi günlük olağan faaliyetleri yürütme becerinizi ne sıklıkla kısıtlar?

Hiçbir zaman Nadiren Bazen Çoğunlukla Her zaman

3 Başağrınız olduğunda ne sıklıkla uzanıp dinlenme isteği duyarsınız?

Hiçbir zaman Nadiren Bazen Çoğunlukla Her zaman

4 Geçtiğimiz 4 hafta boyunca ne sıklıkla kendinizi, başağrılarınıza bağlı olarak, işinizi ya da gündelik faaliyetlerinizi yürütemeyecek kadar yorgun hissettiniz?

Hiçbir zaman Nadiren Bazen Çoğunlukla Her zaman

5 Geçtiğimiz 4 hafta boyunca ne sıklıkla başağrılarınız nedeniyle kendinizi bıkkın ve tedirgin hissettiniz?

Hiçbir zaman Nadiren Bazen Çoğunlukla Her zaman

6 Geçtiğimiz 4 hafta boyunca başağrılarınız işinize ya da gündelik faaliyetlerinize yoğunlaşma becerinizi ne sıklıkla kısıtladı?

Hiçbir zaman Nadiren Bazen Çoğunlukla Her zaman

+ + + +

SÜTUN 1 (Herbiri 6 puan) SÜTUN 2 (Herbiri 8 puan) SÜTUN 3 (Herbiri 10 puan) SÜTUN 4 (Herbiri 11 puan) SÜTUN 5 (Herbiri 13 puan)

Skoru hesaplamak için her bir sütundaki puanları toplayınız.

Lütfen bu testin (HIT-6) sonuçlarını hekiminize gösteriniz.

Toplam Skor

Daha yüksek puan, başağrılarının yaşamınızda daha büyük etkisi olduğunu gösterir.

Puan aralığı 36-78'dir.



BAŞAĞRISI ETKİ TESTİ™

Aldığınız Puan Ne Anlama Gelir?

60 veya Daha Fazla Puan Aldıysanız

Baş ağrılarınız yaşamınızı son derece fazla etkiliyor. Diğer baş ağrısı çekenlerden daha ciddi düzeyde yaşamınızı kısıtlayacak baş ağrınız ve belirtileriniz olabilir. Baş ağrılarınızın aile, iş, okul veya sosyal faaliyetler gibi yaşamınızdaki önemli şeylerden zevk almanızı engellemesine izin vermeyin.

HIT-6 testinin sonuçları ve baş ağrılarınız hakkında doktorunuzla konuşmak için hemen **bugün** bir randevu alın.

56 – 59 Arasında Puan Aldıysanız

Baş ağrılarınız yaşamınızı önemli bir şekilde etkiliyor. Bunun sonucu olarak, çektiğiniz ciddi baş ağrıları ve diğer belirtiler nedeniyle ailenizden, işinizden, okulunuzdan veya sosyal faaliyetlerden uzak kalmanız gerekebilir.

HIT-6 testinin sonuçları ve baş ağrılarınız hakkında doktorunuzla konuşmak için hemen **bugün** bir randevu alın.

50 – 55 Arasında Puan Aldıysanız

Baş ağrılarınız yaşamınızı biraz etkiliyor. Baş ağrılarınız nedeniyle ailenizden, işinizden, okulunuzdan veya sosyal faaliyetlerinizden uzak kalmak zorunda değilsiniz.

HIT-6 testinizin sonuçları ve baş ağrılarınız hakkında bir sonraki randevunuzda mutlaka doktorunuzla konuşun.

49 ve Daha Az Puan Aldıysanız

Baş ağrılarınız henüz normal yaşamınızı çok az etkiliyor veya hiç etkilemiyor. HIT-6 testini her ay uygulamanızı ve baş ağrılarınızın yaşamınızı nasıl etkilediğini kontrol etmeye devam etmenizi öneririz.

HIT-6 Testinizin Sonucu 50 veya Daha Yüksekse

Test sonuçlarınızı mutlaka doktorunuzla konuşun. Yaşamınızı aksatan baş ağrılarınız migren olabilir.

Doktorunuza gittiğiniz zaman HIT-6 testinizin sonuçlarınızı yanınızda bulundurun. Yapılan araştırmalar, baş ağrınızın yaşamınızı ne derece etkilediğinin doktorunuz tarafından bilindiği takdirde daha başarılı bir tedavi programı uygulandığını göstermektedir ve bu programa ilaç tedavisi de dahil olabilir.

HIT Testini ayrıca www.headachetest.com adresi üzerinden Internet yoluyla da alabilirsiniz. Internet üzerinden alınan bu test interaktif olup İngilizce olarak sunulmaktadır.

Internet üzerinden aldığımız testin sonuçlarınızı kendi kullanımınız için basabileceğiniz gibi, doktorunuza sunmak amacıyla daha detaylı olarak hazırlanan diğer formu da basabilirsiniz.

İlerleme kaydedip kaydetmediğinizi izlemek için HIT-6 testini tekrarlamayı veya Internet üzerinden tekrar almayı unutmayın.

HIT Hakkında Bilgi

Baş ağrısı Etki Testi (HIT- Headache Impact Test), baş ağrılarınızın işinizdeki, okuldaki, evdeki ve sosyal ortamlardaki fonksiyonlarınızı ne şekilde etkilediğini ölçmek amacıyla hazırlanmıştır. Test puanınız, baş ağrılarınızın normal günlük yaşamınızı ve faaliyetlerinizi ne ölçüde etkilediğini göstermektedir. HIT testi, nöroloji ve genel sağlık dallarından baş ağrıları konusunda uzman uluslararası bir doktorlar grubu ile SF-36®* sağlık değerlendirme testini hazırlayan psikometri uzmanlarının işbirliğiyle hazırlanmıştır.

HIT testi, tıbbi teşhis veya tedavi konularında tıbbi tavsiyede bulunmak amacıyla hazırlanmamıştır. Kişisel sağlık durumunuz hakkında görüş almak için doktorunuza danışmalısınız.

SF-36®, Medical Outcomes Trust ve John E. Ware, Jr. grubunun kayıtlı ticari markasıdır.

HIT-6 Scoring Interpretation Turkish Version 1.1

©2001 QualityMetric, Inc. ve GlaxoSmithKline Şirketler Grubu. Her hakkı mahfuzdur.