

日本整形外科学会運動器リハビリテーション委員会
日本運動器科学会診療報酬等検討委員会
日本臨床整形外科学会整形外科理学療法検討委員会

腰痛症患者機能評価質問表：JLEQ (Japan Low Back Pain Evaluation Questionnaire)

この質問表は腰痛症患者さんの痛み、日常生活の状態、ふだんの生活、
健康状態についてお尋ねするものです。

みなさんが感じているままの痛み、しているままの状態について、
最もあてはまる回答肢を選んで下さい。

医師または治療担当者の前では記入しないで下さい。

調査日	() 年 () 月 () 日	
ID		
氏名	様	
年齢・性別	() 歳	男 ・ 女
診断		
備考		

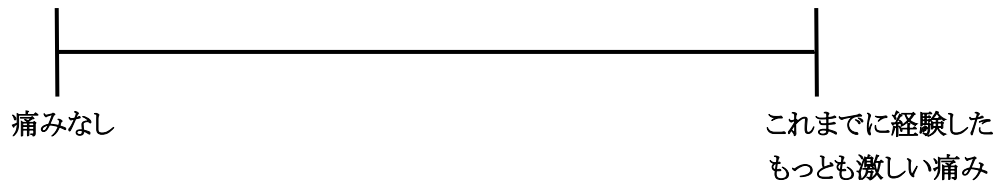
記入漏れがないよう確認をお願い致します。

腰の状態についての質問票

I. 次の線は「あなたの腰の痛みの程度」をおたずねするものです。

左の端を「痛みなし」、右の端を「これまでに経験したもっとも激しい痛み」としたとき、

この数日間のあなたの痛みの程度はどのあたりでしょうか。線の上で、このあたりと思われるところに X を付けてください。



II. この「数日間のあなたの腰の痛み」についてお聞きします。

最も近い回答を1つ選び、□に✓をつけてください。

1. この数日間、**あお向けで寝ている**とき腰が痛みますか。

- 痛くない 少し痛い 中程度痛い かなり痛い ひどく痛い

2. この数日間、**朝、起きて動き出す**とき腰が痛みますか。

- 痛くない 少し痛い 中程度痛い かなり痛い ひどく痛い

3. この数日間、**椅子に腰かけている**とき腰が痛みますか。

- 痛くない 少し痛い 中程度痛い かなり痛い ひどく痛い

4. この数日間、**立ち上がる**ときや**しゃがみこむ**とき腰が痛みますか。

- 痛くない 少し痛い 中程度痛い かなり痛い ひどく痛い

5. この数日間、**立っている**とき腰が痛みますか。

- 痛くない 少し痛い 中程度痛い かなり痛い ひどく痛い

6. この数日間、**前かがみになる**とき腰が痛みますか。

- 痛くない 少し痛い 中程度痛い かなり痛い ひどく痛い

7. この数日間、**腰をそらす**とき腰が痛みますか。

- 痛くない 少し痛い 中程度痛い かなり痛い ひどく痛い

Ⅲ. この「数日間のあなたの腰痛による生活上の問題」についておききします。

最も近い回答を1つ選び、に✓をつけてください。

8. この数日間、**同じ姿勢を続ける**のはどの程度つらいですか。

- つらくはない 少しつらい ときどき姿勢を
変えないとつら
い しばしば姿勢を
変えないとつら
い つねにつらく
て、じっとして
られない

9. この数日間、腰痛のため、**寝返り**ほどの程度**困難**ですか。

- 困難はない 少し困難 中程度困難 かなり困難 ひどく困難

10. この数日間、腰痛のため、**朝、起き上がる**のはどの程度**困難**ですか。

- 困難はない 少し困難 中程度困難 かなり困難 ひどく困難

11. この数日間、腰痛のため、**からだを動かす**のはどの程度**困難**ですか。

- 困難はない 少し困難 中程度困難 かなり困難 ひどく困難

12. この数日間、腰痛のため、**椅子や洋式トイレからの立ち上がり**ほどの程度**困難**ですか。

- 困難はない 少し困難 中程度困難 かなり困難 ひどく困難

13. この数日間、腰痛のため、**階段の昇り降り**ほどの程度**困難**ですか。

- 困難はない 少し困難 中程度困難 かなり困難 ひどく困難

14. この数日間、腰痛のため、**クツ下やストッキングをはく**のはどの程度**困難**ですか。

- 困難はない 少し困難 中程度困難 かなり困難 ひどく困難

15. この数日間、腰痛のため、**ズボンやパンツの上げ下ろし**ほどの程度**困難**ですか。

- 困難はない 少し困難 中程度困難 かなり困難 ひどく困難

16. この数日間、腰痛のため、**床にある3~4キログラム(1升ビン2本、または2リットル入りのペットボトル2本)程度**のものを持ち上げようとするのはどの程度**困難**ですか。

- 困難はない 少し困難 中程度困難 かなり困難 ひどく困難

17. この数日間、腰痛のため、**腰を捻って後ろのもの**をとろうとするのはどの程度**困難**ですか。

- 困難はない 少し困難 中程度困難 かなり困難 ひどく困難

18. この数日間、腰痛のため、**戸外を歩くのがどの程度に制限**されていますか。

- 1時間以上歩ける 30分程度は歩ける 10~15分程度しか歩けない 2、3分程度しか歩けない ほとんど戸外を歩けない

19. この数日間、腰痛のため、**簡単な作業や家事(ものを片づける、食事に準備をするなど)**はどの程度**つらい**ですか。

- つらくない 少しつらい 中程度つらい かなりつらい ひどくつらい

20. この数日間、腰痛のため、**負担のかかる作業や家事(重いものを運ぶ、家の外の掃除など)**はどの程度**つらい**ですか。

- つらくない 少しつらい 中程度つらい かなりつらい ひどくつらい

21. この数日間、腰痛のため、**横になって休みたい**と思いましたか

- 思わなかった たまに思った ときどき思った しばしば思った いつも思っていた

22. この数日間、腰痛のため、**仕事や学校、ふだんの作業や家事を差しひかえたい**と思いましたか。

- 思わなかった たまに思った ときどき思った しばしば思った いつも思っていた

23. この数日間、腰痛のため、**夜よく眠れない**ことがありましたか。

- 腰痛のためによく眠れないことはなかった 一晩ほどよく眠れないことがあった よく眠れるときと眠れないときが半々だった よく眠れない夜の方が多かった 毎晩のようによく眠れなかった

24. この数日間の腰の状態からみて、**遠くへの外出はむずかしい**と思いますか。

- むずかしくないと思う 少しむずかしいと思う 中程度むずかしいと思う かなりむずかしいと思う 全く無理だと思う

IV. この1か月間の状態について、お聞きします。

最も近い回答を1つ選び、□に✓をつけて下さい。

25. この1か月間、腰痛のため、**近所への外出を差しひかえたり**しましたか。

- 差しひかえるこ
とはなかった
- 1、2回
差しひかえた
- ときどき
差しひかえた
- しばしば
差しひかえた
- 全く外出
しなかった

26. この1か月間、腰痛のため、**ふだんしていること(友人とのつきあい、スポーツ活動、趣味活動など)を制限**しましたか。

- 制限しなかった
- 少し制限した
- 半分程度制限
した
- かなり制限した
- 全くやめていた
した

27. この1か月間、腰痛のため、**職場や学校を休日以外に休んだり、ふだんしている家事を休んだり**しましたか。

- 休まなかった
- 1～3日休んだ
- 数日以上休ん
だ
- 半分程度休ん
だ
- ほとんど休んだ

28. この1か月間、腰痛のため**気分がすぐれない**ことがありましたか。

- 気分がすぐれ
ないことはな
かった
- たまに気分が
すぐれなかつ
た
- ときどき気分が
すぐれなかつ
た
- 気分がすぐれ
ないときが多
かった
- つねに気分が
すぐれなかつ
た

29. この1か月間、腰痛はあなたの**精神状態に悪く影響**していると思いますか。

- 全く影響はない
- 少し悪い影響
がある
- 中程度悪い影
響がある
- かなり悪い影響
がある
- ひどく悪い影響
がある

30. この1か月間、腰痛はあなたの**健康状態に悪く影響**していると思いますか。

- 全く影響はない
- 少し悪い影響
がある
- 中程度悪い影
響がある
- かなり悪い影響
がある
- ひどく悪い影響
がある

ご協力ありがとうございます。

記入もれがないか、もう一度お確かめ下さい。

JLEQ採点表

I 「痛みの程度」は、直線上の左端から×印までの距離をミリメートル単位で計測して下さい。

直線の長さは印刷により 10 cm に一致しないことがあります。その場合には、左端から右端までの距離を計測して補正して下さい。

II、III、IV 設問 1 から 30 までの各質問項目について、

最も軽症の選択肢を 0，最も重症の選択肢 4 とし、中間の選択肢には症状の重症度に応じてそれぞれ 1，2，3 の数値をあてはめます。

✓ がつけられた選択肢に該当する数値の総点を計算して下さい。

痛みの程度/直線長	() mm / () mm
-----------	---------------------------------------

設問	評点
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
小計	

16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
小計	
総計	