

Tarptautinė Neramių kojų sindromo (NKS) vertinimo skalė

Ši skalė, sudaryta ir ratifikuota Tarptautinės Neramių kojų sindromo studijų grupės, tapo standartu NKS sunkumui vertinti.

NKS skalė apima 10 charakteristikų: penkios apibūdina simptomų dažnumą ir intensyvumą, kitos penkios – simptomų įtaką kasdieniniam gyvenimui ir miegui. Kiekvienas klausimas vertinamas nuo 0 iki 4 balų: 0 – reiškia, kad simptomų nėra, 4 – labai sunkūs.

10 klausimų NKS vertinti

Pacientas pats įvertina savo ligos simptomus per praėjusią savaitę:

1. Ar jaučiate nepatogumą kojose ir rankose dėl NKS?

I. sunkus sunkus vidutinis lengvas nėra

2. Kaip vertinate poreikį judinti galūnes dėl NKS?

I. dažnas dažnas vidutinis retas nėra

3. Ar palengvėja nepatogumas rankose ir kojose dėl NKS jas judinant?

Nėra palengvėjimo Beveik išnyksta
 Nežymiai palengvėja Nėra NKS simptomų
 Vidutiniškai palengvėja

4. Kaip vertinate miego sutrikimus dėl NKS simptomų?

I. sunkūs sunkūs vidutiniai lengvi nėra

5. Kaip vertinate nuovargį ir mieguistumą dienos metu dėl NKS simptomų?

I. didelis didelis vidutinis mažas nėra

6. Kaip iš viso vertinate savo NKS simptomus?

I. sunkūs sunkūs vidutiniai lengvi nėra

7. Kaip dažnai Jus vargina NKS simptomai?

I. dažnai dažnai kartais retkarčiais niekada

8. Kai jaučiate NKS simptomus, kokio sunkumo jie yra?

I. sunkūs sunkūs vidutiniai lengvi nėra

9. Kaip NKS simptomai įtakoja Jūsų veiklą dienos metu (pvz., šeimoje, namuose, darbe)?

I. žymiai vidutiniškai visiškai neįtakoja
 žymiai mažai

10. Kaip vertinate nuotaikos sutrikimus dėl NKS simptomų (pvz., pyktis, depresija, liūdesys, nerimas, dirglumas)?

I. sunkūs sunkūs vidutiniai lengvi nėra

Rezultatai

NKS skalė vertinama pagal balus atsakant į 10 klausimų. Galimi balai nuo 0 iki 40, kai 40 – labai sunki ligos eiga.

NKS sunkumas	NKS skalės vertinimo balai
Nėra	0
Lengvas	1 iki 10
Vidutinio sunkumo	11 iki 20
Sunkus	21 iki 30
Labai sunkus	31 iki 40

Literatūra:

- Allen RP, Kushida CA, Atkinson MJ, for the RLS QoL Consortium. Factor analysis of the International Restless Legs Syndrome Study Group's scale for restless legs severity. *Sleep Med* 2003; 4(special issue): 133–5.
- The International Restless Legs Syndrome Study Group. Validation of the International Restless Legs Syndrome Study Group. *Sleep Med* 2003; 4(special issue): 121–32.
- Hening WA, Allen RP. Restless legs syndrome (RLS): the continuing development of diagnostic standards and severity measures. *Sleep Med* 2003; 4(special issue): 95–7.
- Lundbeck Institute Web site. Rating scales. Available at: <http://www.brainexplorer.org/factsheets/Psychiatry%20Rating%20Scales.pdf>. Accessed January 3, 2006.
- National Center for Biotechnology Information. Appendix VI: description of Hamilton rating scale and Clinical Global Impressions scale. Available at: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/bv.fcgi?rid=hstat6.section.3280>. Accessed January 3, 2006.