Skala VAS — wzrokowo-analogowa ocena bólu

Physly.PL

Linia 100 mm: od „brak bólu" do „najsilniejszy ból, jaki można sobie wyobrazić".

Podopieczny _____ Badający _____

Poproś badanego, żeby postawił na linii pionową kreskę w miejscu, które odpowiada jego bólowi. Zmierz linijką odległość od lewego końca linii w milimetrach (0–100 mm). **Drukuj w skali 100% („Rzeczywisty rozmiar")** i przed użyciem sprawdź linijką, czy linia ma 100 mm. Przy kolejnych pomiarach zadawaj to samo pytanie.

Pomiar 1

Data _____ Pytanie (np. „ból w tej chwili") _____

brak bólu ——————————— najsilniejszy ból, jaki można sobie wyobrazić

Wynik: _____ mm

Pomiar 2

Data _____ Pytanie (np. „ból w tej chwili") _____

brak bólu ——————————— najsilniejszy ból, jaki można sobie wyobrazić

Wynik: _____ mm

Pomiar 3

Data _____ Pytanie (np. „ból w tej chwili") _____

brak bólu ——————————— najsilniejszy ból, jaki można sobie wyobrazić

Wynik: _____ mm

Dzienniczek bólu

Codziennie wpisz, jak silny był ból, w skali od 0 do 10. Nie zaglądaj do poprzednich wpisów — chodzi o to, jak jest dzisiaj.

Imię i nazwisko

Od kiedy prowadzony

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

0 = brak bólu

10 = najsilniejszy ból, jaki można sobie wyobrazić

Dzień	Data	Ból rano	Ból wieczorem	Najsilniejszy ból w ciągu dnia	Co nasiliło lub złagodziło ból?
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					

Zabierz dzienniczek na kolejną wizytę.