

บทความพิเศษ

Modified WOMAC Scale for Knee Pain.

เสก อักษรานุเคราะห์, พ.บ.

ภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

WOMAC (the Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index) เป็นเครื่องมือที่ใช้ประเมินผู้ป่วยภาวะ osteoarthritis ของข้อเข่าและสะโพก เริ่มใช้ในปี 1986 โดย Bellamy N, Buchanan WW^(1,2,3) ประกอบด้วย 5 dimensions และ 41 items โดยให้คะแนนแต่ละ item ดังนี้ 0=none 1=slight 2=moderate 3=very 4=extreme importance ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 WOMAC Scale โดย Bellamy N, Buchanan WW.

Paint

- 1 Walking
- 2 Stair climbing
- 3 Nocturnal
- 4 Rest
- 5 Weight bearing

Stiffness

- 1 Morning stiffness
- 2 Stiffness occurring later in the day

Physical Function

- 1 Descending stairs
- 2 Ascending stairs
- 3 Rising from sitting
- 4 Standing
- 5 Bending to floor
- 6 Walking on flat
- 7 Getting in/out car
- 8 Going shopping

- 9 Putting on socks
- 10 Rising from bed
- 11 Taking off socks
- 12 Lying in bed
- 13 Getting in/out bath
- 14 Sitting
- 15 Getting on/off toilet
- 16 Heavy domestic duties
- 17 Light domestic duties

Social Function

- 1 Leisure activities
- 2 Community events
- 3 Church attendance
- 4 With spouse
- 5 With family
- 6 With friends
- 7 With others

Emotional Function

- 1 Anxiety
- 2 Irritability
- 3 Frustration
- 4 Depression
- 5 Relaxation
- 6 Insomnia
- 7 Boredom
- 8 Loneliness
- 9 Stress
- 10 Wellbeing

เพื่อให้เหมาะสมกับผู้ป่วยโรคข้อเสื่อมในประเทศไทย จึงได้ดัดแปลงเป็น Modified WOMAC Scale ดังตารางที่ 2 โดยมุ่งหวังจะให้ใช้ในการประเมินความรุนแรงของโรค (severity) และ ใช้ในการติดตาม (follow up) หลังการรักษา

ตารางที่ 2 Modified WOMAC Scale
โดย เสก อักษรานุเคราะห์

SECTION A

How much pain do you have ?

1. เดินบนพื้นราบ score _____ (0 - 10)

No pain	= 0
เดินแล้วเจ็บแต่ไม่เขยก	= 1 - 2
เดินแล้วเจ็บและเขยก	= 3 - 5
เดินแล้วเจ็บและเขยกและใช้ brace	= 6 - 7
เดินแล้วเจ็บและเขยกและใช้ brace และใช้ gait aid	= 8 - 9
เดินไม่ได้	= 10

2. เดินขึ้นลงบันได score _____ (0 - 10)

No pain	= 0
Pain เฉพาะขึ้นหรือลง	= 1 - 2
Pain ทั้งขึ้นและลง	= 3 - 5
ใช้ support เฉพาะขึ้นหรือลง	= 6 - 7
ใช้ support ทั้งขึ้นและลง	= 8 - 9
ขึ้นลงบันไดไม่ได้	= 10

3. ขณะนอนบนเตียงในตอนกลางคืน score _____ (0 - 10)

No Pain	= 0
Pain ขณะ flexion หรือ extension	= 1 - 2
Pain ทั้ง flexion และ extension	= 3 - 5
Pain ขณะพลิกตัวข้างใดข้างหนึ่ง	= 6 - 7
Pain ขณะพลิกตัวทั้งสองข้าง	= 8 - 9
Pain ขณะนอนเฉยๆ	= 10

4. ขณะลุกนั่ง score _____ (0 - 10)

No pain	= 0
Pain ขณะลงนั่ง	= 1 - 2
Pain ขณะลุกขึ้น	= 3 - 5

Pain ขณะลงนั่งและลุกขึ้น	= 6 - 7
ต้องใช้ support ช่วย	= 8 - 9
ไม่สามารถลงนั่งและลุกขึ้นเองได้เลย	= 10

5. ขณะยืนลงน้ำหนัก score _____ (0 - 10)

No pain	= 0
Pain ขณะยืนลงน้ำหนัก 2 ขา แต่พอทนได้ตลอด	= 1 - 2
Pain ขณะยืนลงน้ำหนัก 2 ขา แต่ทนได้ชั่วคราว	= 3 - 5
Pain ทันที ต้อง partial W/B without support	= 6 - 7
Pain ทันที ต้อง partial W/B with support	= 8 - 9
ยืนลงน้ำหนักไม่ได้	= 10

SECTION B

Stiffness ?

6. เมื่อดำเนินนอนตอนเช้า score _____ (0 - 10)

No stiffness	= 0
Stiffness ขณะ full flexion or extension	= 1 - 2
Stiffness ทั้ง full flexion and extension	= 3 - 5
Stiffness < 50 % ROM	= 6 - 7
Stiffness > 50% ROM	= 8 - 9
Extreme stiffness	= 10

7. ขณะเปลี่ยนอิริยาบถระหว่างวัน

(sitting, lying, resting) score _____ (0 - 10)

No stiffness	= 0
Stiffness ขณะ full flexion or full extension	= 1 - 2
Stiffness ทั้ง full flexion and full extension	= 3 - 5
Stiffness <50% ROM	= 6 - 7
Stiffness >50% ROM	= 8 - 9
Extreme stiffness	= 10

SECTION C

What degree of difficult do you have ?

8. เดินลงบันได score _____ (0 - 10)

- No difficulty = 0
- เดินลงอย่างปกติแต่ช้ากว่าธรรมดา = 1 - 2
- เดินลงที่ลื่นชัน = 3 - 5
- เดินลงที่ลื่นชันแต่ต้องใช้ support = 6 - 7
- เดินลงที่ลื่นชันใช้ support และมีเครื่องช่วยพยุง = 8 - 9
- Extreme difficulty = 10

9. เดินขึ้นบันได score _____ (0 - 10)

- No difficulty = 0
- เดินขึ้นอย่างปกติแต่ช้ากว่าธรรมดา = 1 - 2
- เดินขึ้นที่ลื่นชัน = 3 - 5
- เดินขึ้นที่ลื่นชันแต่ต้องใช้ support = 6 - 7
- เดินขึ้นที่ลื่นชันใช้ support และมีเครื่องช่วยพยุง = 8 - 9
- Extreme difficulty = 10

10. ลุกขึ้นจากท่านั่ง score _____ (0 - 10)

- No difficulty = 0
- ลุกปกติด้วยขาข้างเดียวที่เจ็บแต่ช้า = 1 - 2
- ต้องอาศัยขาอีกข้างช่วยยัน = 3 - 5
- ต้องใช้แขนช่วยยัน = 6 - 7
- ต้องมีคนช่วยจุด = 8 - 9
- ลุกไม่ได้เลย = 10

11. ขณะยืน score _____ (0 - 10)

- No difficulty = 0
- ยืนลงน้ำหนักด้วยขาข้างเดียวได้แต่เจ็บ = 1 - 2
- ต้องยืนลงน้ำหนัก 2 ขาพร้อมกัน = 3 - 5
- ต้องใช้ knee support = 6 - 7
- ต้องใช้ gait aid = 8 - 9
- ยืนไม่ได้เลย = 10

12. ก้มตัว score _____ (0 - 10)

- No difficulty = 0
- ก้มตัวเข่าตรงแต่ไม่สุด = 1 - 2
- ก้มตัวได้สุดแต่ต้องงอเข่า = 3 - 5

- ต้องงอเข่าแต่ก้มได้ไม่สุด = 6 - 7
- เวลาก้มต้องงอเข่าและต้องเกาะก้มไม่ได้เลย = 8 - 9
- ก้มไม่ได้เลย = 10

13. เดินบนพื้นราบ score _____ (0 - 10)

- No difficulty = 0
- เดินก้าวปกติแต่เจ็บเข่า = 1 - 2
- เดินต้องเขยอก = 3 - 5
- เดินด้วย cane = 6 - 7
- เดินด้วย crutch or walker = 8 - 9
- เดินไม่ได้เลย = 10

14. ขึ้น-ลงรถ score _____ (0 - 10)

- No difficulty = 0
- ขึ้นลงปกติแต่เจ็บข้อเข่า = 1 - 2
- ต้องใช้หมุนตัวเข่าออก = 3 - 5
- ต้องเกาะหรือโหนตัว = 6 - 7
- ต้องมีคนพยุงเข่าออก = 8 - 9
- เข่าออกไม่ได้เลย = 10

15. ไป shopping score _____ (0 - 10)

- No difficulty = 0
- ต้องพักเป็นระยะ = 1 - 2
- ต้องใช้ cane = 3 - 5
- ต้องใช้ crutch or walker = 6 - 7
- ต้องนั่ง W/C = 8 - 9
- ไปไม่ได้เลย = 10

16. ใส่ถุงเท้าหรือสวมถุงน่อง score _____ (0 - 10)

- No difficulty = 0
- ยึนใส่ได้แต่เจ็บ ทำด้วยความลำบาก = 1 - 2
- ต้องนั่งใส่ = 3 - 5
- นั่งใส่ด้วยความลำบาก = 6 - 7
- นั่งใส่แต่ต้องมีคนช่วย = 8 - 9
- ต้องนอนให้คนช่วยใส่ = 10

17. ลุกจากเตียง score _____ (0 - 10)

- No difficulty = 0
- ลุกขึ้นแล้วเข่าเหยียดได้แต่ตึงเจ็บ = 1 - 2
- ลุกขึ้นแล้วเหยียดเข่าไม่ได้ = 3 - 5
- ลุกในขณะที่เข่างอพับที่ข้อเข่าเพียงก่อนยึน = 6 - 7

ลุกจากเตียงในท่านอนคว่ำ	= 8 - 9
ลุกไม่ได้เลย	= 10
18. ถอดถุงเท้าหรือถุงน่อง score_____ (0 - 10)	
No difficulty	= 0
ยืนถอดได้แต่เจ็บทำด้วยความลำบาก	= 1 - 2
ต้องนั่งถอด	= 3 - 5
นั่งถอดด้วยความลำบาก	= 6 - 7
นั่งถอดแต่ต้องมีคนช่วย	= 8 - 9
ต้องนอนให้คนช่วยถอด	= 10
19. นอนบนเตียง score_____ (0 - 10)	
No difficulty	= 0
นอนหงายเหยียดเข้าได้ตรง	= 1 - 2
ต้องนอนตะแคงงอเข้า	= 3 - 5
นอนตะแคงทับเข่าที่ปวดไม่ได้	= 6 - 7
พลิกตัวแล้วปวด	= 8 - 9
นอนไม่ได้เลย	= 10
20. ลุกเข้า-ออกเตียง score_____ (0 - 10)	
No difficulty	= 0
ทั้งตัวหรือลุกขึ้นช้าๆ	= 1 - 2
ยังลุกขึ้นลงด้วยขาข้างเดียวได้	= 3 - 5
ลุกขึ้นลุกลงต้องใช้ support	= 6 - 7
ลุกขึ้นลุกลงต้องมีคนช่วย	= 8 - 9
ลุกขึ้นลงไม่ได้	= 10
21. นั่ง score_____ (0 - 10)	
No difficulty	= 0
นั่งปกติได้แต่ต้องขยับขาตลอดเวลา	= 1 - 2
นั่งต้องเหยียดขาหรือขาข้างที่ปวด	= 3 - 5
ขณะนั่งต้องใช้ knee support	= 6 - 7
ขณะนั่งต้องใช้ knee support	= 6 - 7
และที่รองข้อเข่า	= 8 - 9
นั่งไม่ได้เลย	= 10
22. ลุกเข้าออกจากส้วม score_____ (0 - 10)	
No difficulty	= 0
ทั้งตัวหรือลุกขึ้นช้าๆ	= 1 - 2
ลุกขึ้นลุกลงด้วยขาข้างเดียว	= 3 - 5
ลุกขึ้นลุกลงด้วย support	= 6 - 7
ลุกขึ้นลุกลงต้องมีคนช่วย	= 8 - 9

ลุกขึ้นลงไม่ได้	= 10
23. งานบ้านหนัก score_____ (0 - 10)	
No difficulty	= 0
ยืนทำงานได้	= 1 - 2
ยืนทำงานต้องใช้ support	= 3 - 5
ต้องนั่งทำงาน	= 6 - 7
นั่งทำงานได้เฉพาะอย่าง	= 8 - 9
ทำงานหนักไม่ได้เลย	= 10
24. งานบ้านเบาๆ score_____ (0 - 10)	
No difficulty	= 0
ยืนทำงานได้	= 1 - 2
ยืนทำงานต้องใช้ knee support	= 3 - 5
ต้องนั่งทำงาน	= 6 - 7
นั่งทำงานได้เฉพาะอย่าง	= 8 - 9
ทำงานหนักไม่ได้เลย	= 10

เอกสารอ้างอิง

1. Bellamy N, Buchanan WW: Outcome measurement in osteoarthritis clinical trials : The case for standardization. Clin Rheum 1984; 3:293-305.
2. Bellamy N, Buchanan WW: A preliminary evaluation of the dimensionality and clinical importance of pain and disability in osteoarthritis of the hip and knee. Clin Rheum 1986; 5:231-41.
3. Bellamy N, Buchanan WW: A health status instrument for osteoarthritis of hip and knee: Stage 2 analysis of a self-administered questionnaire (abstr). In : Abstracts : Australian Rheumatism Association Annual Scientific Meeting, 1987:32.