

The Keele STarT Back Screening Tool

Patient name: _____ Date: _____

ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਨਾਮ: _____ ਤਾਰੀਖ: _____

Thinking about the **last 2 weeks** tick your response to the following questions:

ਪਛਿਲੇ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦਿਆਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਵਾਲਾਂ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਜਵਾਬ ਨੂੰ ਚੈਕ ਕਰੋ:

- | | Disagree
ਅਸਹਮਿਤ ਹੋਵੋ | Agree
ਸਹਮਿਤ ਹੋਵੋ |
|---|--------------------------|--------------------------|
| | 0 | 1 |
| 1. My back pain has spread down my leg(s) at some time in the last 2 weeks
ਪਛਿਲੇ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵੱਚ ਮੇਰੀ ਪਾਠ ਦੇ ਦਰਦ ਮੇਰੇ ਲੱਤ (ਹੇ) ਵੱਚ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. I have had pain in the shoulder or neck at some time in the last 2 weeks
ਪਛਿਲੇ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵੱਚ, ਮੈਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਲਈ ਮੇਰੇ ਮੋਢੇ ਜਾਂ ਗਰਦਨ ਵੱਚ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. I have only walked short distances because of my back pain
ਮੇਰੇ ਪਾਠ ਦੇ ਦਰਦ ਕਾਰਨ ਮੈਂ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਦੂਰੀ ਤੇ ਤੁਰ ਸਕਿਆ ਸਾਂ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. In the last 2 weeks, I have dressed more slowly than usual because of back pain
ਪਛਿਲੇ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵੱਚ, ਪਾਠ ਦਰਦ ਕਾਰਨ ਮੈਨੂੰ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਕੱਪੜੇ ਪਹਨਿ ਹੋਏ ਹਨ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. It's not really safe for a person with a condition like mine to be physically active
ਵਾਸਤਵ ਵੱਚ, ਇਹ ਕਸਿ ਵੀ ਵਅਕਤੀ ਲਈ ਸੁਰੱਖਅਿਤ ਨਹੀ ਹੈ, ਕਉਕਿ ਮੇਰੀ ਸਰੀਰਕ ਦੱਖਿ ਸਰਗਰਮ ਹੈ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

6. Worrying thoughts have been going through my mind a lot of the time

ਚੰਤਾ ਦੇ ਵਚਾਰ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਮੇਰੇ ਮਨ ਵਚਿ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ

7. I feel that my back pain is terrible and it's never going to get any better

ਮੈਂ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੀ ਪਿੱਠ ਦਾ ਦਰਦ ਭਿਆਨਕ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਦੇ ਵੀ ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਹੈ

8. In general I have not enjoyed all the things I used to enjoy

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਿਆ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਸੰਦ ਸਨ

9. Overall, how bothersome has your back pain been in the last 2 weeks?

ਕੁੱਲ ਮਲਿਆ ਕੇ, ਪਛਿਲੇ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵੱਚਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਨੀ ਕੁ ਪੀੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

Not at all Slightly Moderately Very much Extremely

ਬਲਿਕੁਲ ਨਹੀਂ ਥੋੜਾ ਜਹਿ ਔਸਤਨ ਬਹੁਤ ਅਤਿਅੰਤ

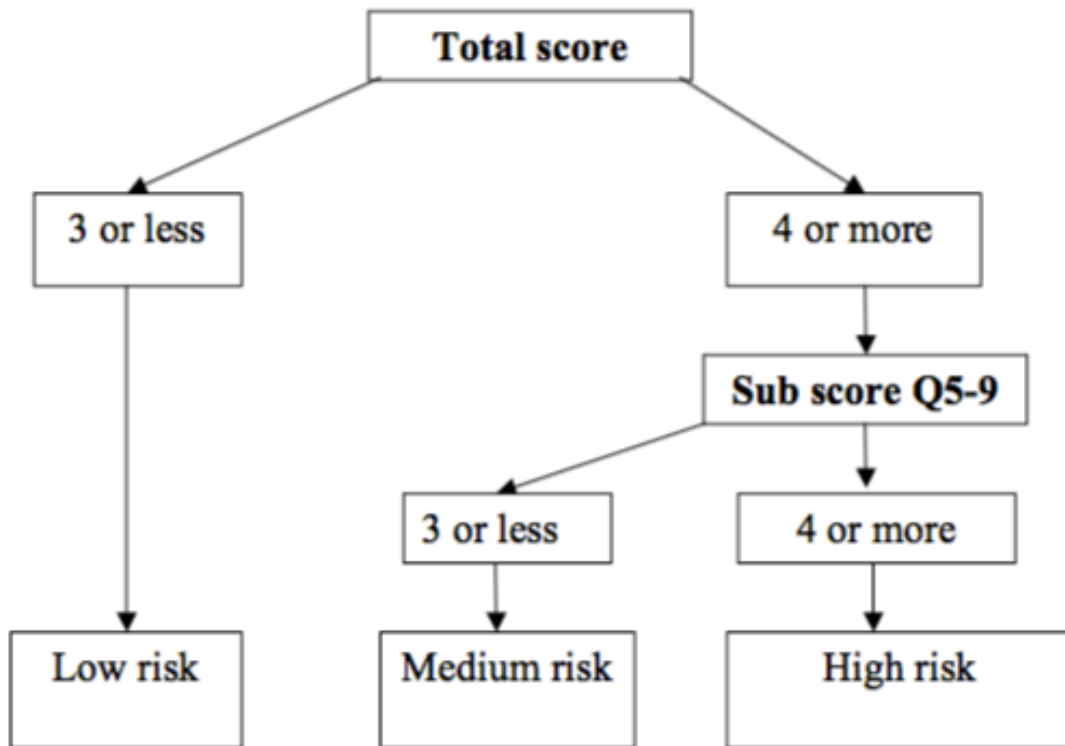
Total score (all 9): _____ **Sub Score (Q5-9):** _____

ਕੁਲ ਸਕੋਰ (ਸਭ 9): _____ ਉਪ-ਸਕੋਰ (Q5- 9): _____

© Keele University 01/08/07

Funded by Arthritis Research UK

The STarT Back Tool Scoring System



© Keele University 01/08/07
Funded by Arthritis Research UK