

Шкала катастрофизации боли (Pain Catastrophizing Scale - PCS).

Инструкция:

Опросник заполняется самостоятельно пациентом

Бланк

Когда я испытываю боль...

1. Я всё время переживаю, пройдет ли боль.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

2. Я чувствую, что так больше не может продолжаться.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

3. Это ужасно, и я думаю, что лучше никогда не станет.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

4. Это ужасно, и я чувствую, что она меня поработает.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

5. Я чувствую, что не могу больше это терпеть.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

6. Мне становится страшно, что боль усиливается.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

7. Я всё время думаю о других эпизодах боли.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

8. Я очень сильно хочу, чтобы боль прошла.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

9. Мне кажется, что я никак не могу перестать думать о ней.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

10. Я всё время думаю о том, как же мне больно.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

11. Я всё время думаю о том, как сильно я хочу, чтобы боль ушла.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

12. Я ничего не могу сделать, чтобы уменьшить боль.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- 5 – Всё время

13. Я задумываюсь о том, может ли это быть что-то серьезное.

- 1 – Совсем нет
- 2 – Немного
- 3 – Умеренно
- 4 – Сильно
- – Всё время

Интерпретация

Шкала Мысленная жвачка: пункты 8, 9, 10, 11.

Шкала Преувеличение: пункты 6, 7, 13.

Шкала Безданность. пункты 1, 2, 3, 4, 5, 12.

Итоговый балл катастрофизации боли получается путем сложения баллов всех трех шкал методики. «Катастрофизаторы» - более 21 балла, «некатастрофизаторы» - менее 14 баллов. Чем выше уровень катастрофизации, тем в большей степени нарушена адаптация к боли, и хуже прогноз заболевания.