

نتائج کے اسکور: وہ کیا پیمائش کرتے ہیں، اور وہ کیا نہیں کرتے ہیں

اس صفحے کا ترجمہ مشین سے کیا گیا ہے اور ابھی تک کسی ڈاکٹر نے اس کی جانچ نہیں کی۔ انگریزی نسخہ ہی مستند ہے۔

یہ کیا ہے

ایک مریض کی رپورٹ کردہ نتائج کی پیمائش ایک سوالنامہ ہے جسے آپ اپنی صحت کے بارے میں پُر کرتے ہیں۔ آپ کے لئے کئے جانے والے ایک امتحان کے بجائے، یہ آپ سے پوچھتا ہے کہ آپ کیسے محسوس کرتے ہیں اور آپ کیا کر سکتے ہیں۔ یہ سوالنامہ کم از کم 1960s کے بعد سے موجود ہیں، اگرچہ ان کے لئے نام نیا ہے [1]۔

آپ کا ڈاکٹر ایکس رے یا جسمانی امتحان کے ذریعے درد یا تھکاوٹ کو نہیں دیکھ سکتا ہے۔ تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ حرکت کی حد اور طاقت جیسی چیزیں اتنی قابل اعتماد نہیں ہیں جتنی آپ سوچ سکتے ہیں، یہی وجہ ہے کہ زیادہ سے زیادہ کلینک اب مریضوں سے براہ راست پوچھتے ہیں [2]۔ جی ہاں۔ یہ وہ خلا ہے جو یہ سوالنامہ پُر کرتے ہیں: وہ آپ کے اپنے فنکشن اور فلاح و بہبود کے بارے میں آپ کے نقطہ نظر پر قبضہ کرتے ہیں، جس کا کوئی اسکین یا کلینیکل ٹیسٹ مشاہدہ نہیں کر سکتا ہے۔ [3]۔

ان میں سے کچھ سوالنامہ روزمرہ کی زندگی سے متعلق سوالات کی لمبی فہرستیں ہیں۔ امریکہ کے ایک تحقیقی نیٹ ورک کے ذریعے تیار کیے گئے PROMIS اقدامات جیسے نئے اقدامات مختصر اور زیادہ عین مطابق ہیں۔ [4]۔ جی ہاں۔ آپ کاغذ پر قلم کے ساتھ ایک کو بھر سکتے ہیں، یا اپنے فون پر ٹیکسٹ میسج کے ذریعے چند سوالوں کا جواب دے سکتے ہیں۔ مطالعے سے پتہ چلا ہے کہ دونوں طریقے موازنہ اسکور دیتے ہیں [5]۔

آپ کے جوابات کو اسکور کیا جاتا ہے اور وقت کے ساتھ موازنہ کیا جاتا ہے، لہذا علاج سے پہلے اور بعد میں تبدیلیوں کا سراغ لگایا جاسکتا ہے۔ محققین انہیں مریضوں کے بڑے گروپوں میں نتائج کا موازنہ کرنے کے لئے بھی استعمال کرتے ہیں، حالانکہ جمع کردہ اعداد و شمار دنیا کے مشترکہ رجسٹروں میں یکساں یا مکمل نہیں ہیں، جو موازنہ مشکل بنا سکتے ہیں۔ [6]۔

ایک بات جاننا ضروری ہے: یہ اسکور مریضوں کے گروپوں میں اوسط کی پیمائش کرتے ہیں۔ [صفحہ ۲۲ پر تصویر] آپ کا ڈاکٹر آپ کے اسکور کو آپ کے معائنے اور آپ کے اپنے اہداف کے ساتھ معلومات کے ایک ٹکڑے کے طور پر استعمال کرے گا، نہ کہ آپ کی بحالی کے فیصلے کے طور پر۔

یہ کیوں اہم ہے

یہ سوالنامہ دو مختلف کام کرتے ہیں، اور یہ جاننے میں مدد ملتی ہے کہ کون سا ہے۔

پہلا کام وقت کے ساتھ ساتھ آپ کی پیروی کرنا ہے۔ آپ علاج سے پہلے اور بعد میں ایک ہی سوالنامہ پُر کرتے ہیں، تاکہ آپ کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیم دیکھ سکے کہ آپ میں کتنی تبدیلی آئی ہے۔ یہ آپ کے اپنے سکور کو آپ کی اپنی ترقی کے مارکر کے طور پر سب سے زیادہ مفید

بناتا ہے، دوسرے لوگوں کے مقابلے میں درجہ بندی کرنے کے لئے ایک نمبر کے طور پر نہیں۔ دو لوگ مختلف جگہوں سے شروع کر سکتے ہیں اور مختلف اسکور کے ساتھ ختم کر سکتے ہیں جبکہ دونوں نے اچھا کیا ہے۔

دوسرا کام بہت بڑے پیمانے پر ہوتا ہے۔ جب بہت سے مریض ایک ہی سوالنامے کو مکمل کرتے ہیں، تو پورے گروپوں کا موازنہ کیا جا سکتا ہے، لہذا علاج اور خدمات کو پوری آبادی میں فیصلہ کیا جا سکتا ہے۔ اس طرح نتائج تحقیق میں اور دیکھ بھال کے بارے میں وسیع ترفیصلوں میں فیڈ ہوتے ہیں۔ اس معلومات کو باقاعدگی سے جمع کرنا صحت کی دیکھ بھال کے مستقبل کے طور پر بیان کیا گیا ہے جو مریضوں کے لئے کیا اہمیت رکھتا ہے [1]، اور اسے باقاعدگی سے آرٹھروپڈک دوروں میں شامل کرنا قابل عمل ہے اور ڈاکٹروں اور مریضوں کو مل کر فیصلے کرنے کے لئے ٹھوس معلومات فراہم کرتا ہے [2]۔

ایک ایسی چیز ہے جس کے بارے میں جاننے کے قابل ہے۔ ان سوالناموں کے پیچھے تحریک زیادہ تر محققین اور دیکھ بھال کے لئے ادائیگی کرنے والے لوگوں کی طرف سے حوصلہ افزائی کی گئی ہے، اور یہ ہمیشہ مریض کے نقطہ نظر سے دیکھ بھال کو بہتر بنانے پر توجہ مرکوز نہیں کیا گیا ہے۔ [3]۔ جی ہاں۔ اسکورز کے استعمال میں کچھ حدود اس بات کی وضاحت کر سکتی ہیں کہ انہیں بھرنے سے ہمیشہ مریضوں کے لئے بہتر نتائج نہیں ملتے ہیں۔ [4]۔

تو آپ کے لئے اس کا کیا مطلب ہے؟ آپ کا اسکور آپ کے معائنہ اور اپنے مقاصد کے ساتھ آپ کے ڈاکٹر کا استعمال کرتا ہے معلومات کا ایک ٹکڑا ہے۔ یہ ایک گرڈ نہیں ہے، اور یہ ایک پشیمانی گوتی نہیں ہے۔ یہ آپ کو ایسی تبدیلیوں کے بارے میں لفظوں میں بیان کرنے کا ایک طریقہ پیش کرتا ہے جو آپ محسوس کر سکتے ہیں لیکن کوئی اور نہیں دیکھ سکتا ہے، اور آپ کی ترقی کے لئے ایک راستہ ایک بڑی تصویر کا حصہ ہے جو ہر ایک کی دیکھ بھال کرنے میں مدد کرتا ہے۔

نتائج کا کیا مطلب ہے

تو آپ کو ایک اسکور ہے۔ اصل میں یہ آپ کو کیا بتاتا ہے؟

سب سے پہلے یہ جاننا ضروری ہے کہ کون سا طریقہ بہتر ہے اس کا انحصار سوالنامے پر ہے۔ فارم خود، یا اس شخص نے جو آپ کو یہ دیا، آپ کو بتائے گا جس طرح سے اس کے ارد گرد چلتا ہے۔

تعداد میں تھوڑی سی تبدیلی سے زیادہ فرق نہیں پڑتا۔ محققین نے اس مسئلے پر کام کیا ہے، اور وہ اسکور کو پڑھنے میں مدد کرنے کے لئے کچھ خیالات کا استعمال کرتے ہیں۔ ایک کوہتے ہیں کم سے کم طبی لحاظ سے اہم فرق، جو کہ سب سے چھوٹی تبدیلی ہے جو ایک مریض روزمرہ کی زندگی میں محسوس کرے گا۔ ایک اور مریض کو قابل قبول علامات کی حالت کہا جاتا ہے، جو وہ نقطہ ہے جہاں ایک مریض اتنا اچھا محسوس کرتا ہے کہ وہ اپنے علامات کو قابل قبول سمجھیں [1]۔

یہاں پکڑیے: کوئی واحد حد نہیں ہے جو سب کے لئے کام کرتی ہے۔ ان مارکرز کے لئے اقدار ہسپتالوں اور مریضوں کے گروپوں کے درمیان مختلف ہوتی ہیں [2]۔ جی ہاں۔ ان کا حساب لگانے کے مختلف طریقوں سے بالکل مختلف جوابات ملتے ہیں [3]، اور کسی بھی ایک قدر ایک رینج کے بجائے ایک فرم لائن کے طور پر پڑھا جانا چاہئے [4]۔ جی ہاں۔ لہذا اگر آپ کا اسکور تھوڑا سا بڑھ جاتا ہے، تو اس سے آپ کو زیادہ کچھ نہیں پتہ چلتا۔ ایک ہی اسکور پھر بعد میں مایا، اور اس کی سمت، نہیں زیادہ کہتے ہیں۔

یہ بھی جاننے کے قابل ہے کہ ایک تبدیلی اعداد و شمار کے لحاظ سے اہم ہو سکتی ہے بغیر کسی چیز کے جو آپ محسوس کریں گے۔ ان پیمائشوں پر تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ اعداد و شمار میں ظاہر ہونے والا فرق آپ کے لئے اہم فرق سے مماثل نہیں ہو سکتا ہے [5]۔ جی ہاں۔ یہی وجہ ہے کہ آپ کی نگہداشت کی ٹیم آپ کے امتحان اور اپنے مقاصد کے ساتھ آپ کے اسکور کو دیکھتی ہے، بجائے اس کے کہ اس نمبر کو پورے جواب کے طور پر سمجھیں۔

ایک اور حد۔ فنکشن کی پیمائش کرنے کے لئے کوئی واحد سوالنامہ معیاری طریقہ کے طور پر سامنے نہیں آیا ہے۔ ایک جائزے میں اس مقصد کے لئے استعمال ہونے والے 15 مختلف ٹولز پائے گئے، یہی وجہ ہے کہ محققین مزید معیاری کاری کا مطالبہ کرتے رہتے ہیں [6]۔ جی ہاں۔ ان تمام اقدامات کو ابھی تک مزید مطالعہ کی ضرورت ہے اس بات کی تصدیق کرتے کے لئے کہ وہ کتنی اچھی طرح سے کام کرتے ہیں [7]۔

لہذا اپنے اسکور کو کئی سگنلز میں سے ایک سگنل کے طور پر پڑھیں۔ پوچھیں کہ کیا تبدیل ہوا، کتنا، اور کیا آپ اسے محسوس کر سکتے ہیں۔

کیا یہ آپ کو نہیں بتا سکتا

سوالنامہ کا سکور کسی چیز کی تشخیص نہیں کر سکتا۔ یہ آپ کے جذبات کو ریکارڈ کرتا ہے، آپ کے ساتھ کیا غلط ہے۔ یہ بھی فیصلہ نہیں کرتا کہ آپ کو کون سا علاج کرنا چاہئے۔ یہ فیصلہ آپ اور آپ کے ڈاکٹر کے ساتھ مل کر آپ کے امتحان، آپ کے مقاصد اور آپ کے اپنے فیصلے کے ساتھ ساتھ نمبر کا استعمال کرتے ہوئے ہے۔

ایک واحد نتیجہ یہ نہیں ہے کہ آپ کس طرح کر رہے ہیں۔ یہ سکور مریضوں کے گروپوں میں اوسط کی پیمائش کرتے ہیں، اور اوسط انفرادی تجربات کی حد کو چھپاتا ہے۔ دو لوگوں کو ایک ہی سکور ہو سکتا ہے اور اس کے بارے میں مکمل طور پر مختلف محسوس کرتے ہیں۔ آپ کی اپنی کہانی اس گروپ میں آپ کی جگہ سے زیادہ اہم ہے۔

کچھ مفید چالیں ہیں جن کے بارے میں جاننا ضروری ہے۔ کچھ سوالات آپ کے لئے سب سے زیادہ اہمیت سے محروم ہو سکتے ہیں، کیونکہ کوئی واحد سوالنامہ ایک معیاری سیٹ پر آباد نہیں ہوا ہے [1]۔ جی ہاں۔ کچھ نتائج پیمانے کے بالکل اوپر یا نیچے جمع ہوتے ہیں، لہذا آپ کے جذبات میں حقیقی تبدیلی شاید تعداد میں ظاہر نہ ہو۔ اور یہ فیصلہ کرنے کے لئے استعمال ہونے والی حد کو آیا تبدیلی معنی خیز ہے ہسپتالوں اور مریضوں کے گروپوں کے مابین مختلف ہوتی ہے [2]، لہذا آپ کے اسکور میں ایک چھوٹی سی تبدیلی ہر جگہ ایک ہی معنی نہیں رکھتی ہے۔

ایمانداری کا خلاصہ یہ ہے: آپ کا سکور کئی سگنل میں سے ایک سگنل ہے۔ یہ ایسی چیزوں پر الفاظ لکھ سکتا ہے جنہیں کوئی اور نہیں دیکھ سکتا، اور یہ وقت کے ساتھ ساتھ آپ کی ترقی کو ٹریک کر سکتا ہے۔ یہ آپ کو یہ نہیں بتا سکتی کہ آپ کے ساتھ کیا غلط ہے، آپ کے لئے آپ کا علاج منتخب کریں، یا آپ کی صحت یابی کا خلاصہ ایک نمبر میں کریں۔

نچلی لائن

یہ سوالنامے ایک چیز میں اچھے ہیں: اپنے الفاظ میں بتائیں کہ آپ کیسا محسوس کر رہے ہیں اور آپ کیا کر سکتے ہیں، ایک طرح سے جو وقت کے ساتھ ساتھ ٹریک کیا جا سکتا ہے۔ وہ تشخیص نہیں ہیں، نہ ہی علاج کا انتخاب، اور نہ ہی آپ کی صحت یابی کی پیش گوئی۔ یاد رکھنے کے قابل ایک چیز یہ ہے کہ آپ کا سکور کئی میں سے ایک سگنل ہے۔ آپ کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیم اسے آپ کے معانے اور آپ کے اپنے اہداف کے ساتھ پڑھتی ہے، لہذا ایک نمبر اکیلے پوری کہانی نہیں بتاتا ہے۔

حوالہ جات

[1] مریضوں کے ذریعہ رپورٹ کردہ نتائج کے اقدامات (PROMs): عام اور حالت سے متعلق اقدامات کا جائزہ اور رجحانات اور امور پر تبادلہ خیال۔ صحت سے متعلق توقعات۔ 2021ء 10.1111/hex.13254 DOI:

[2] جسمانی نتائج کی پیمائش: آرٹھروپڈک تحقیق میں طاقت اور تحریک کی حد کا کردار۔ چوٹ 2020ء 10.1016 DOI: j.injury.2019.11.017

[3] مریضوں کی رپورٹ کردہ نتائج کے اقدامات (PROMs) کھیلوں اور ورزش کی دوائی میں پہنچے ہیں: وہ کیوں اہم ہیں؟ برٹش جرنل آف اسپورٹس میڈیسن 2015ء 10.1136/bjsports-2014-093707 DOI:

[4] آرٹھروپڈک اسپیشلسٹس میں مریضوں کے ذریعہ رپورٹ کردہ نتائج کی پیمائش انفارمیشن سسٹم کے اقدامات کا استعمال: 2018 سے 2022 تک اسکوپنگ جائزہ کے نتائج۔ امریکن اکیڈمی آف آرٹھروپڈک سرجنز کا جریدہ سال 2025 - 10.5435/jaas-d-24-00432 DOI:

[5] مریضوں کی طرف سے رپورٹ کردہ نتائج کا مجموعہ: - موبائل فون پریٹیکسٹ پیغامات درست سکور اور اعلیٰ رد عمل کی شرح فراہم کرتے ہیں۔ بی ایم سی میڈیکل ریسرچ طریقہ کار 2014ء 10.1186/1471-2288-14-52 DOI:

[6] CORR بصیرت® آرٹروپلاسٹک رجسٹروں میں مریضوں کی طرف سے رپورٹ کردہ نتائج کے اقدامات کا مجموعہ اور رپورٹنگ: ملٹی نیشنل سروے اور سفارشات۔ کلینیکل آرٹھروپڈکس اور متعلقہ ریسرچ۔ 2021ء 10.1097/corr.0000000000001918 DOI:

[7] ویلیو یسڈ ہیلتھ کیئر: کلینیکل فیصلہ سازی میں مریضوں کے ذریعہ رپورٹ کردہ نتائج۔ کلینیکل آرٹھروپڈکس اور متعلقہ ریسرچ 2016ء DOI: 10.1007/s11999-016-4813-4

[8] مریضوں کے ذریعہ رپورٹ کردہ نتائج کو آرٹھروپڈک کلینیکل پریکٹس میں ضم کرنا: FORCE-TJR سے تصور کا ثبوت۔ کلینیکل آرٹھروپڈکس اور متعلقہ ریسرچ 2013ء DOI: 10.1007/s11999-013-3143-z

[9] مریضوں نے عملی طور پر نتائج کی پیمائش کی۔ بی ایم جے 2015ء DOI: 10.1136/bmj.g7818

[10] انفرادی مریضوں کے ساتھ کلینیکل پریکٹس میں مریضوں کے ذریعہ رپورٹ کردہ نتائج کی پیمائش کے استعمال کے فوائد اور حدود: کوالٹیٹو مطالعات کا ایک منظم جائزہ۔ زندگی کے معیار کی تحقیق۔ 2021ء DOI: 10.1007/s11136-021-03003-z

[11] مریضوں کی طرف سے رپورٹ کردہ نتائج کے اقدامات کی اطلاع دینے کے لئے ایک معیاری نقطہ نظر کا مطالبہ۔ جرنل آف ہون اینڈ جوائنٹ سرجری۔ 2021ء DOI: 10.2106/jbjs.21.00030

[12] کیا کم سے کم طبی لحاظ سے اہم فرق کا حساب کتاب معقول ہے؟ بہتر بنانے کے طریقے آرٹھرو سکوپ 2024ء میں DOI: 10.1016/j.arthro.2023.11.007

[13] کم سے کم کلینیکل اہم فرق: جواب۔ امریکی جرنل آف اسپورٹس میڈیسن 2023۔ DOI: 10.1177/03635465231189222

[14] کم سے کم کلینیکل اہم فرق: ایڈیٹر کو خط۔ امریکی جرنل آف اسپورٹس میڈیسن 2023۔ DOI: 10.1177/03635465231189223

[15] کلینیکل اہمیت کی مناسب رپورٹنگ کے لئے رہنما خطوط، بشمول کم سے کم کلینیکل اہم فرق، مریض کی قابل قبول علامتی حالت، اہم کلینیکل فائدہ، اور زیادہ سے زیادہ نتائج میں بہتری۔ آرٹھرو سکوپ 2022۔ DOI: 10.1016/j.arthro.2022.08.020

[16] اعلیٰ درجے کی musculoskeletal فیزیوتھراپی پریکٹس میں مریض کی طرف سے رپورٹ نتائج اقدامات: ایک منظم جائزہ پٹھوں اور ہڈیوں کی دیکھ بھال 2017ء DOI: 10.1002/msc.1200

[17] وقفے وقفے سے claudication کے لئے دستیاب مریض کی رپورٹ کردہ نتائج کے معیار کا اندازہ لگانا: COSMIN چیک لسٹ کا استعمال کرتے ہوئے ایک منظم جائزہ۔ یورپین جرنل آف واسکولر اینڈ واسکولر سرجری 2015ء DOI: 10.1016/j.ejvs.2014.12.002