

Các thang điểm kết quả: những gì chúng đo lường và những gì không đo lường

Trang này được dịch bằng máy và chưa được bác sĩ kiểm tra. **Bản tiếng Anh** là bản chính thức.

Khái niệm

Các thang đo kết quả do bệnh nhân tự báo cáo là những bảng câu hỏi mà bạn điền vào để mô tả tình trạng sức khỏe của bản thân. Thay vì là các xét nghiệm được thực hiện trên cơ thể, chúng hỏi bạn cảm giác ra sao và có thể làm được những gì. Các bảng câu hỏi này đã xuất hiện từ ít nhất những năm 1960, dù tên gọi của chúng mới xuất hiện gần đây [1].

Bác sĩ không thể nhìn thấy cảm giác đau hay mệt mỏi của bạn qua phim X-quang hay các xét nghiệm lâm sàng. Các nghiên cứu chỉ ra rằng các chỉ số như phạm vi vận động và sức mạnh cơ thể không đáng tin cậy như ta tưởng, vì vậy ngày càng nhiều phòng khám hiện nay yêu cầu bệnh nhân tự báo cáo trực tiếp [2]. Đó là mục đích của các bảng câu hỏi này: chúng ghi nhận nhận định của bạn về khả năng vận động và sức khỏe, điều mà các phương pháp chẩn đoán hình ảnh hay xét nghiệm lâm sàng không thể đo lường được [3].

Một số bảng câu hỏi gồm nhiều câu hỏi về đời sống hàng ngày; những bảng mới hơn, như các thang đo PROMIS được phát triển bởi mạng lưới nghiên cứu tại Mỹ, thì ngắn gọn và chính xác hơn [4]. Bạn có thể điền vào chúng bằng bút trên giấy, hoặc trả lời qua tin nhắn văn bản trên điện thoại. Các nghiên cứu cho thấy cả hai cách này đều cho kết quả tương đương nhau [5].

Các câu trả lời của bạn sẽ được chấm điểm và so sánh theo thời gian, giúp theo dõi sự thay đổi trước và sau điều trị. Các nhà nghiên cứu cũng dùng chúng để so sánh kết quả giữa nhiều nhóm bệnh nhân; tuy nhiên dữ liệu thu thập chưa đồng nhất hay đầy đủ trên các sổ đăng ký bệnh nhân toàn cầu, khiến việc so sánh trở nên khó khăn hơn [6].

Điều cần lưu ý là các điểm số này phản ánh mức trung bình trong các nhóm bệnh nhân; chúng không thể dự đoán cảm giác của từng cá nhân. Bác sĩ sẽ sử dụng điểm số này như một thông tin bổ sung bên cạnh kết quả khám lâm sàng và mục tiêu điều trị của bạn, chứ không phải là kết luận về tiến triển hồi phục của bạn.

Tại sao điều này quan trọng

Những bảng câu hỏi này đảm nhiệm hai chức năng khác nhau; việc phân biệt rõ hai chức năng này rất hữu ích.

Chức năng thứ nhất là theo dõi tiến trình của bệnh nhân theo thời gian. Bạn sẽ điền vào cùng một bảng câu hỏi trước và sau khi điều trị; nhờ đó đội ngũ chăm sóc có thể thấy mức độ thay đổi ở bạn. Chính vì vậy, điểm số của bạn là chỉ số hữu ích nhất để đánh giá tiến bộ cá nhân, chứ không phải là con số dùng để so sánh với người khác. Có thể hai người bắt đầu từ những mức độ khác nhau và kết thúc với những điểm số khác nhau, nhưng cả hai đều đã có tiến triển tích cực.

Chức năng thứ hai diễn ra trên quy mô lớn hơn nhiều. Khi nhiều bệnh nhân cùng điền vào các bảng câu hỏi này, người ta có thể so sánh các nhóm bệnh nhân với nhau; từ đó đánh giá hiệu quả của các phương pháp điều trị và dịch vụ y tế trên toàn dân số. Đây là cách mà kết quả thu được được sử dụng trong nghiên cứu cũng như trong các quyết định chăm sóc y tế nói chung. Việc thu thập thông tin này thường xuyên được xem là xu hướng tương lai của ngành y tế – nơi giá trị được đặt vào những điều thực sự quan trọng đối với bệnh nhân [1]; việc tích hợp việc này vào các buổi khám nội trú chuyên khoa chỉnh hình là điều khả thi, giúp bác sĩ và bệnh nhân có thêm thông tin vững chắc để cùng đưa ra quyết định [2].

Tuy nhiên, có một điểm cần lưu ý. Phong trào sử dụng các bảng câu hỏi này chủ yếu do các nhà nghiên cứu và những đơn vị tài trợ y tế thúc đẩy; do đó chưa hẳn đã luôn hướng tới việc cải thiện chất lượng chăm sóc từ góc nhìn của bệnh nhân [3]. Một số hạn chế trong cách sử dụng các điểm số có thể là lý do khiến việc điền vào bảng câu hỏi không nhất thiết mang lại kết quả tốt hơn cho bệnh nhân [4].

Vậy điều này có ý nghĩa gì đối với bạn? Điểm số của bạn chỉ là một trong những thông tin mà bác sĩ sử dụng, bên cạnh kết quả khám lâm sàng và mục tiêu điều trị của bạn. Đó không phải là một mức đánh giá hay lời dự đoán. Điểm số giúp bạn diễn tả bằng lời những thay đổi mà bạn cảm nhận được nhưng người khác không thể nhận thấy; đồng thời giúp tiến trình điều trị của bạn trở thành một phần trong bức tranh lớn nhằm đánh giá chất lượng chăm sóc cho tất cả mọi người.

Ý nghĩa của các kết quả

Bạn đã có một điểm số rồi; vậy nó thực sự cho biết điều gì?

Trước hết, cần biết rằng hướng tăng/giảm nào là tốt hơn còn phụ thuộc vào loại bảng câu hỏi được sử dụng. Chính mẫu bảng câu hỏi hoặc người hướng dẫn bạn điền vào sẽ cho biết hướng diễn giải của điểm số này.

Một sự thay đổi nhỏ về con số có thể chưa có ý nghĩa gì nhiều. Các nhà nghiên cứu đã nghiên cứu vấn đề này và đưa ra một vài khái niệm để giúp diễn giải các điểm số. Một trong số đó là “sự khác biệt tối thiểu có ý nghĩa lâm sàng” – tức là mức thay đổi nhỏ nhất mà bệnh nhân thực sự nhận thấy trong đời sống hàng ngày. Khái

niệm còn lại là “trạng thái triệu chứng chấp nhận được đối với bệnh nhân” – tức là mức điểm mà tại đó bệnh nhân cảm thấy khỏe mạnh đủ để coi các triệu chứng của mình là chấp nhận được [1].

Điều cần lưu ý là không tồn tại một ngưỡng giá trị duy nhất phù hợp với tất cả mọi người. Các giá trị của những chỉ số này thay đổi tùy theo từng bệnh viện và từng nhóm bệnh nhân [2]. Các phương pháp tính toán khác nhau cũng cho ra những kết quả khá khác biệt [3]; vì vậy mỗi giá trị nên được hiểu là một phạm vi chứ không phải một con số cố định [4]. Do đó, nếu điểm số của bạn chỉ thay đổi một chút, điều đó chưa nói lên được nhiều điều. Điểm số được đo lại sau đó và xu hướng thay đổi của nó mới là yếu tố quan trọng hơn nhiều.

Bạn cũng nên biết rằng một sự thay đổi có thể mang ý nghĩa thống kê mà vẫn chưa đủ để bạn cảm nhận được. Các nghiên cứu về các chỉ số này chỉ ra rằng sự khác biệt xuất hiện trên các con số chưa chắc đã tương ứng với sự thay đổi có ý nghĩa đối với bạn [5]. Vì vậy, đội ngũ chăm sóc sức khỏe sẽ xem xét điểm số của bạn cùng với kết quả khám lâm sàng và mục tiêu điều trị cá nhân của bạn, thay vì coi con số đó là câu trả lời duy nhất.

Một hạn chế nữa là hiện vẫn chưa có một bảng câu hỏi nào được công nhận là tiêu chuẩn để đo lường chức năng. Một bài tổng quan đã ghi nhận có tới 15 công cụ khác nhau đang được sử dụng cho mục đích này; vì vậy các nhà nghiên cứu vẫn tiếp tục kêu gọi việc chuẩn hóa chúng [6]. Tất cả các phương pháp đo lường này vẫn cần được nghiên cứu thêm để xác nhận mức độ hiệu quả của chúng [7].

Vì vậy, hãy xem điểm số của bạn như một tín hiệu trong số nhiều tín hiệu khác. Hãy tự hỏi xem điều gì đã thay đổi, mức độ thay đổi ra sao và liệu bạn có cảm nhận được sự thay đổi đó hay không.

Những điều bảng điểm không thể cho bạn biết

Bảng điểm từ các bảng câu hỏi không thể dùng để chẩn đoán bất kỳ bệnh lý nào. Nó chỉ ghi lại cảm nhận của bạn chứ không chỉ ra vấn đề sức khỏe thực sự. Bảng điểm này cũng không quyết định phương pháp điều trị nào phù hợp với bạn; quyết định đó là sự thỏa thuận giữa bạn và bác sĩ, dựa trên kết quả khám lâm sàng, mục tiêu điều trị và nhận định cá nhân của bạn, bên cạnh con số trên bảng điểm.

Một kết quả đơn lẻ cũng không thể phản ánh chính xác tình trạng sức khỏe của bạn. Các bảng điểm này đo lường mức trung bình của nhiều bệnh nhân; mức trung bình này che khuất sự đa dạng trong trải nghiệm riêng lẻ của từng người. Có thể có hai người có cùng điểm số nhưng lại cảm nhận hoàn toàn khác nhau. Câu chuyện sức khỏe của riêng bạn mới là điều quan trọng hơn cả vị trí của bạn trong nhóm bệnh nhân đó.

Còn có một vài vấn đề thực tiễn cần lưu ý. Một số câu hỏi có thể bỏ sót những điều quan trọng đối với bạn, vì hiện vẫn chưa có bộ câu hỏi tiêu chuẩn nào được thống nhất [1]. Một số kết quả lại tập trung nhiều ở mức điểm cao nhất hoặc thấp nhất; vì vậy sự thay đổi thực sự trong cảm nhận của bạn có thể không được phản ánh rõ trên con số. Ngoài ra, các ngưỡng dùng để đánh giá mức độ thay đổi có ý nghĩa cũng khác nhau tùy theo từng bệnh viện và nhóm bệnh nhân [2]; do đó một sự thay đổi nhỏ về điểm số cũng không mang ý nghĩa giống nhau ở mọi nơi.

Tóm lại: Bảng điểm chỉ là một trong nhiều tín hiệu giúp bạn hiểu rõ tình trạng sức khỏe. Nó có thể giúp bạn diễn tả những điều mà người khác không thể nhận biết, đồng thời theo dõi tiến triển sức khỏe theo thời gian. Tuy nhiên, nó không thể chỉ ra vấn đề sức khỏe cụ thể, quyết định phương pháp điều trị hay tóm tắt toàn bộ quá trình hồi phục của bạn qua một con số duy nhất.

Tóm lại

Những bảng câu hỏi này có một ưu điểm: giúp bạn diễn đạt bằng chính lời của mình về cảm giác và khả năng vận động của mình, và những thông tin này có thể được theo dõi theo thời gian. Chúng không phải là công cụ chẩn đoán, không phải phương pháp điều trị, cũng không thể dự đoán quá trình hồi phục của bạn. Điều quan trọng cần ghi nhớ là điểm số của bạn chỉ là một trong nhiều tín hiệu cảnh báo. Đội ngũ chăm sóc y tế sẽ xem xét điểm số này cùng với kết quả khám lâm sàng và mục tiêu cá nhân của bạn; vì vậy, một con số đơn lẻ không bao giờ phản ánh toàn bộ tình hình.

Tài liệu tham khảo

- [1] Các thang đo kết quả do bệnh nhân báo cáo (PROMs): Tổng quan về các thang đo chung và dành riêng cho từng bệnh lý, cùng phân tích các xu hướng và vấn đề liên quan. *Health Expectations*. 2021. DOI: 10.1111/hex.13254
- [2] Các thang đo kết quả về mặt thể chất: Vai trò của sức mạnh cơ và phạm vi vận động trong nghiên cứu chỉnh hình. *Injury*. 2020. DOI: 10.1016/j.injury.2019.11.017
- [3] Các thang đo kết quả do bệnh nhân báo cáo (PROMs) đã xuất hiện trong lĩnh vực y học thể thao và vận động: Tại sao chúng lại quan trọng?. *British Journal of Sports Medicine*. 2015. DOI: 10.1136/bjsports-2014-093707
- [4] Việc sử dụng các thang đo thuộc Hệ thống Thông tin Đo lường Kết quả do Bệnh nhân Báo cáo trong các chuyên ngành chỉnh hình: Kết quả từ một phân tích phạm vi từ năm 2018 đến 2022. *Journal of the American Academy of Orthopaedic Surgeons*. 2025. DOI: 10.5435/jaaos-d-24-00432
- [5] Thu thập các kết quả do bệnh nhân báo cáo; việc gửi tin nhắn văn bản qua điện thoại di động mang lại các điểm số đáng tin cậy và tỷ lệ phản hồi cao. *BMC Medical Research Methodology*. 2014. DOI: 10.1186/1471-2288-14-52
- [6] CORR Insights®: Thu thập và báo cáo các thang đo kết quả do bệnh nhân báo cáo trong các sở đăng ký phẫu thuật khớp: Khảo sát đa quốc gia và các khuyến nghị. *Clinical Orthopaedics & Related Research*. 2021. DOI: 10.1097/corr.0000000000001918
- [7] Chăm sóc sức khỏe dựa trên giá trị: Các kết quả do bệnh nhân báo cáo trong việc ra quyết định lâm sàng. *Clinical Orthopaedics & Related Research*. 2016. DOI: 10.1007/s11999-016-4813-4

- [8] Tích hợp các kết quả do bệnh nhân báo cáo vào thực hành lâm sàng chỉnh hình: Bằng chứng thực tiễn từ nghiên cứu FORCE-TJR. *Clinical Orthopaedics & Related Research*. 2013. DOI: 10.1007/s11999-013-3143-z
- [9] Việc áp dụng các thang đo kết quả do bệnh nhân báo cáo trong thực hành lâm sàng. *BMJ*. 2015. DOI: 10.1136/bmj.g7818
- [10] Những lợi ích và hạn chế khi sử dụng các thang đo kết quả do bệnh nhân báo cáo trong thực hành lâm sàng với từng bệnh nhân: Tổng quan có hệ thống các nghiên cứu định tính. *Quality of Life Research*. 2021. DOI: 10.1007/s11136-021-03003-z
- [11] Kêu gọi xây dựng phương pháp tiêu chuẩn hóa trong việc báo cáo các thang đo kết quả do bệnh nhân báo cáo. *Journal of Bone and Joint Surgery*. 2021. DOI: 10.2106/jbjs.21.00030
- [12] Việc tính toán mức độ khác biệt lâm sàng tối thiểu có hợp lý không? Các cách để cải thiện. *Arthroscopy*. 2024. DOI: 10.1016/j.arthro.2023.11.007
- [13] Mức độ khác biệt lâm sàng tối thiểu: Phản hồi. *The American Journal of Sports Medicine*. 2023. DOI: 10.1177/03635465231189222
- [14] Mức độ khác biệt lâm sàng tối thiểu: Thư gửi đến ban biên tập. *The American Journal of Sports Medicine*. 2023. DOI: 10.1177/03635465231189223
- [15] Hướng dẫn báo cáo đúng đắn về ý nghĩa lâm sàng, bao gồm mức độ khác biệt lâm sàng tối thiểu, trạng thái triệu chứng chấp nhận được đối với bệnh nhân, lợi ích lâm sàng đáng kể và mức cải thiện kết quả tối đa. *Arthroscopy*. 2022. DOI: 10.1016/j.arthro.2022.08.020
- [16] Các thang đo kết quả do bệnh nhân báo cáo trong thực hành vật lý trị liệu cơ xương khớp nâng cao: Tổng quan có hệ thống. *Musculoskeletal Care*. 2017. DOI: 10.1002/msc.1200
- [17] Đánh giá chất lượng các thang đo kết quả do bệnh nhân báo cáo hiện có đối với tình trạng tắc nghẽn động mạch cách hồi: Tổng quan có hệ thống sử dụng bảng kiểm COSMIN. *European Journal of Vascular and Endovascular Surgery*. 2015. DOI: 10.1016/j.ejvs.2014.12.002