

Échelle de dorso-lombalgie de Québec : The Quebec Back Pain Disability Scale

Aujourd'hui, pensez-vous avoir une difficulté (compte tenu de vos problèmes de dos) dans l'exécution d'une ou plusieurs (s) de ces activités suivantes :

Activités	Score
1 Vous levez de votre lit	
2 Dormir une nuit entière	
3 Vous retournez dans votre lit	
4 Conduire une voiture	
5 Se tenir debout pendant une durée de 20 à 30 minutes	
6 Être assis dans une chaise pendant plusieurs heures	
7 Monter un étage d'escalier	
8 Marcher le long de plusieurs pâtés de maisons (environ 300 à 400 mètres)	
9 Marcher plusieurs kilomètres	
10 Atteindre des étagères hautes	
11 Lancer une balle	
12 Courir le long d'un pâté de maison (100 mètres environ)	
13 Sortir de la nourriture du réfrigérateur	
14 Faire son lit	
15 Mettre des chaussettes (ou des collants)	
16 Se pencher en avant, afin de nettoyer la baignoire	
17 Déplacer une chaise	
18 Pousser ou tirer une lourde porte	
19 Porter deux paniers à provisions	
20 Soulever et porter une lourde valise	

Items de la version test, dont la formulation a été modifiée :

2 Dormir six heures d'affilées	
4 Voyager pendant une heure en voiture	
6 Demeurer assis pendant quatre heures	
12 Courir le long de deux pâtés de maisons	
16 Se pencher en avant au-dessus d'un évier durant 10 minutes	
17 Déplacer une table	
20 Soulever 18 kg	

Pour chaque item de la version test, les options de réponses s'étendent de 0 à 10.

0 : aucune difficulté.

5 : difficulté modérée.

10 : extrêmement difficile.

Nom du patient :

Date de naissance : / /

Prénom :

Date de l'examen : / /