

Pain Catastrophizing Scale : PCS

この質問紙では、痛みを感じているときのあなたの考えや感情についてお聞きします。

以下に、痛みに関連した様々な考えや感情が13項目あります。

痛みを感じているときに、あなたはこれらの考えや感情をどの程度経験していますか。

あてはまる数字に○をつけてお答え下さい。

		全くあてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	少しあてはまる	非常にあてはまる
	「反芻」 (問1. 8. 9. 11)					
	「無力感」 (問2. 3. 4. 5. 12)					
	「拡大視」 (問6. 7. 13)					
1	痛みが消えるかどうか、ずっと気にしている。	0	1	2	3	4
2	もう何もできないと感じる。	0	1	2	3	4
3	痛みはひどく、決してよくなると思わない。	0	1	2	3	4
4	痛みは恐ろしく、痛みで圧倒されると思う。	0	1	2	3	4
5	これ以上耐えられないと感じる。	0	1	2	3	4
6	痛みがひどくなるのではないかと怖くなる。	0	1	2	3	4
7	他の痛みについて考える。	0	1	2	3	4
8	痛みが消えることを強く望んでいる。	0	1	2	3	4
9	痛みについて考えないようにすることはできないと思う。	0	1	2	3	4
10	どれほど痛むかということばかり考えてしまう。	0	1	2	3	4
11	痛みが止まってほしいということばかり考えてしまう。	0	1	2	3	4
12	痛みを弱めるために私にできることはなにもない。	0	1	2	3	4
13	なにかひどいことが起きるのではないかと心配する。	0	1	2	3	4