

清晨颈部僵硬评分 The “Morning Back Stiffness” Score (MBS)

The Chinese version

Ref.: Dr. Farasyn Andre 2010.

.....姓名..... 男...../.....女..... ..年龄..... 部门.....考官.....

考试问题： 经过六小时的睡眠，以下那一项符合你清晨起床时不便的感觉或是背部的疼痛感。

分数解释	
我起来时没有任何困难且背部没有明显不适的感觉	0
我起来时没有任何困难但背部感觉稍有不适	1
我起来时有些不便且背部有不适	2
我起来时有些不便且背部有疼痛感	3
我起来时有很多不便且背部很痛	4
我不能自己起来，需要人帮忙，背部疼痛难忍	5
从中选择一个分数	
<p>只有一个分数=清晨颈部僵硬评分</p> <p>Only one score !! = The “Morning Back Stiffness” Score (MBS) =></p>	<p>...../ 5</p>