

あなたの頭痛について質問します。
この結果で、頭痛がどれだけ日常生活に支障をきたしているかを、知ることができます。
このシートをもとに、医師とご相談ください。

記入のしかた

過去3ヶ月の間にあったすべての頭痛について、以下の質問に教えてください。
それぞれの質問の右側の欄に答を記入してください。該当する出来事がなければ、0(ゼロ)と記入します。

1.	過去3ヶ月の間で、頭痛のために仕事または学校を休んだ日が何日ありましたか。	日
2.	過去3ヶ月の間で、頭痛のために仕事や学校での勉強がいつもの半分以下しかできなかった日が何日ありましたか。 (質問1で、仕事または学校を休んだ日がある場合は、その日数は入れないでください。)	日
3.	過去3ヶ月の間で、頭痛のために家事ができなかった日が何日ありましたか。	日
4.	過去3ヶ月の間で、頭痛のために家事がいつもの半分以下しかできなかった日が何日ありましたか。 (質問3で、家事ができなかった日がある場合は、その日数は入れないでください。)	日
5.	過去3ヶ月の間で、頭痛のために家族での行事や、付き合い・用事や遊びができなくなった日が何日ありましたか。	日
合計		日
A	過去3ヶ月の間で、頭痛のあった日は何日ありましたか。 (頭痛が1日以上続いた場合は、それぞれの日を1日と数えてください。)	日
B	頭痛の程度について、0～10点で採点するとすれば、平均何点でしたか。 (この場合、まったく頭痛がなかった場合は0点、これ以上ないくらい痛かった場合を10点とします。)	点

MIDASの評価のしかた

質問1～5対して、あなたが記入した日数を合計し、スコア票に照合して支障度を評価します。
MIDASのスコアは、重症度に応じて以下の4段階に分類されます。

評価段階	定義	スコア(合計日数)
I	日常生活に支障まったくなし、またはほとんどなし	0～5
II	日常生活に軽度の支障	6～10
III	日常生活に中等度の支障	11～20
IV	日常生活に重度の支障	21+

質問A、Bをも含むすべての回答結果を評価することにより、頭痛による日常生活への支障度のみならず、重症度をも確認できる仕組みになっています。

MIDAS日本語版は、埼玉精神神経センター 埼玉国際頭痛センター センター長 坂井文彦先生の監修のもと開発されました。