Index WOMAC — charakterystyka

WOMAC (Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index) to standaryzowany kwestionariusz samoopisowy stosowany głównie do oceny objawów i funkcji u chorych z chorobą zwyrodnieniową stawów kolanowych i biodrowych. Został opracowany w celu oceny bólu, sztywności i ograniczeń w codziennych czynnościach oraz jest szeroko wykorzystywany w badaniach klinicznych i praktyce fizjoterapeutycznej.

Składniki i punktacja

WOMAC składa się standardowo z 24 pozycji podzielonych na trzy podskale:

- Ból — 5 pozycji
- Sztywność — 2 pozycje
- Funkcja fizyczna — 17 pozycji

Kwestionariusz występuje w kilku wersjach punktacji: najczęściej używana to skala Likerta (0–4), wersja z oceną na skali VAS (0–100 mm) oraz wersja numeryczna. Wyniki można zsumować dla podskal oraz przeliczyć na skalę 0–100, gdzie wyższy wynik zwykle oznacza większe nasilenie objawów (gorszy stan). Przy interpretacji wyników warto uwzględnić, którą wersję i kierunek skali stosowano.

Rzetelność, trafność i kliniczne zastosowanie

WOMAC ma dobrze udokumentowaną wartość psychometryczną: wykazuje dobrą rzetelność (wewnętrzną i test-retest) oraz trafność konstruktu w populacjach z chorobą zwyrodnieniową stawów. Jest często wykorzystywany jako wynik kliniczny w ocenie efektów rehabilitacji, terapii farmakologicznej i zabiegów chirurgicznych.

Minimalna istotna klinicznie różnica (MCID) dla całkowitego wyniku WOMAC zwykle mieści się w przedziale około 9–12 punktów w skali 0–100, choć wartość ta zależy od populacji i użytej wersji skali. W praktyce fizjoterapeutycznej WOMAC pomaga monitorować postęp terapii oraz planować i modyfikować interwencje w oparciu o zmiany funkcji i odczuwania bólu.

Wskazówki dla fizjoterapeutów

- Używaj tej samej wersji kwestionariusza przy kolejnych pomiarach, aby zapewnić

porównywalność wyników.
- Interpretuj zmiany względem MCID oraz kontekstu klinicznego pacjenta (wiek, stopień zaawansowania choroby, współistniejące schorzenia).
- Łącz wyniki WOMAC z badaniem funkcjonalnym i obiektywnymi testami (np. test 6-minutowego marszu, test wstawania z krzesła) dla pełniejszej oceny.

Uwagi praktyczne

WOMAC został przetłumaczony i zaadaptowany do wielu języków, w tym do języka polskiego. Przed zastosowaniem w badaniach lub praktyce klinicznej warto upewnić się, że używana wersja jest zaadaptowana i zwalidowana dla danej populacji.