WOMAC — Index of Osteoarthritis

WOMAC (Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index) to samoopisowy kwestionariusz stosowany do oceny objawów i funkcji u pacjentów z chorobą zwyrodnieniową stawów, głównie kolan i bioder. Służy do monitorowania nasilenia bólu, sztywności oraz ograniczeń w codziennych czynnościach.

Składniki i sposób oceny

Kwestionariusz składa się z trzech podskal:

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

Istnieją różne metody punktacji: oryginalna wersja wykorzystuje skalę VAS (0–100), powszechnie stosowana jest także skala Likerta 5-punktowa (0–4). Sumaryczne wyniki można znormalizować do skali 0–100 — przy czym wyższe wartości oznaczają większe nasilenie objawów i gorszą funkcję.

Zastosowanie kliniczne i właściwości psychometryczne

WOMAC jest szeroko zwalidowany i przetłumaczony na wiele języków. W badaniach wykazuje dobrą rzetelność (ICC zwykle >0,8) i trafność wobec innych miar bólu i funkcji. Minimalna istotna klinicznie różnica (MCID) zależy od populacji i metody normalizacji, ale często przyjmuje się wartość około 10–15 punktów w skali 0–100.

Kwestionariusz jest użyteczny zarówno w badaniach klinicznych, jak i w praktyce klinicznej do oceny skuteczności leczenia zachowawczego i pooperacyjnego.

Znaczenie dla fizjoterapeuty

W praktyce fizjoterapeutycznej WOMAC pomaga:

- osiągnąć obiektywną podstawę do ustalenia planu terapeutycznego (identyfikacja dominujących problemów — ból, sztywność, ograniczenia funkcji),
- monitorować odpowiedź na interwencje (np. ćwiczenia terapeutyczne, terapia manualna, edukacja, redukcja masy ciała),
- oceniać efekty w typowych interwałach — często po 6–12 tygodniach terapii, co

pozwala wychwycić klinicznie istotne zmiany.

Przy interpretacji wyników warto uwzględnić MCID i minimalną wartość wykrywalną (MDC) dla danej wersji językowej oraz populacji, aby odróżnić prawdziwą zmianę kliniczną od wariacji pomiarowej.