

## ОПРОСНИК SF-36 КАК МЕТОД ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

**Метько Елизавета Евгеньевна**

студент

**Полянская Анна Валентиновна**

кандидат медицинских наук, доцент

Белорусский государственный медицинский университет  
Минск (Беларусь)

**Аннотация.** Используя и применяя количественные методы исследования, такие как опросник SF-36, можно с научной точки зрения оценить качество жизни человека. Опросник SF-36 сконцентрирован на опыте опрашиваемых, чувствах, убеждениях, восприятиях и убеждениях относительно их качества жизни. Анкета SF-36 – инструмент для комплексной оценки качества жизни, связанного со здоровьем.

**Ключевые слова:** качество жизни, опросник SF-36, психическое состояние, физическое состояние, анкета.

---

## SURVEYOR SF-36 AS A METHOD OF EVALUATING THE QUALITY OF LIFE

**Metko Elizaveta Evgenievna**

student

**Polyanskaya Anna Valentinovna**

PhD, associate professor

Belarusian State Medical University, Minsk (Belarus)

**Abstract.** Using and applying quantitative research methods, such as the SF-36 questionnaire, it is possible to evaluate aspects of the quality of life scientifically. The SF-36 questionnaire focuses on respondents' experiences, feelings, beliefs, perceptions and beliefs about their quality of life. Questionnaire SF-36: a tool for the integrated assessment of the quality of life related to health.

**Keywords:** quality of life, questionnaire SF-36, mental state, physical condition, questionnaire.

Рассматривая восприятие человеком своего состояния здоровья, важно определиться, что есть болезнь, и что значит быть здоровым. Болезнь, по определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), – это нарушение нормальной жизнедеятельности организма, обусловленное функциональными и (или) морфологическими (структурными) изменениями, наступающими в результате воздействия эндогенных и (или) экзогенных факторов. В соответствии с широко принятыми взглядами (ВОЗ) здоровье можно рассматривать как «состояние полного физического, умственного и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней и недугов».

По мнению академика Ю.П. Лисицына, «...здоровье человека не может сводиться лишь к констатации отсутствия болезней, недомогания, дискомфорта, оно – состояние, которое позволяет человеку вести нестесненную в своей свободе жизнь, полноценно выполнять свойственные человеку функции, прежде всего трудовые, вести здоровый образ жизни, т.е. испытывать душевное, физическое и социальное благополучие». Здоровье на 50 % зависит от образа жизни человека, по 20 % – от генетики и внешней среды и только на 10 % от качества здравоохранения [1].

Опросник SF-36 – инструмент для комплексной оценки качества жизни, связанного со здоровьем. Название опросника расшифровывается как The Short Form-36, то есть короткая форма опроса, состоящая из 36 вопросов. Применяется опросник SF-36 в США, странах Европы, СНГ. Особую популярность он завоевал в Италии, Франции и в Австралии.

Вопросник SF-36, который сконцентрирован на опыте респондентов, чувствах, убеждениях, восприятиях и убеждениях относительно их качества жизни в течение последних четырех недель, состоит из закрытых структурированных вопросов. Вопросы опросника SF-36 заставляют опрашиваемых выбирать ответы из набора предложенных вариантов ответов.

Эти вопросы касаются, в частности, восьми показателей качества жизни, которые вращаются вокруг физического и психического здоровья.

Особенности этих вопросов:

- они сформулированы четко, поэтому респондентам не нужно расшифровывать то, что конкретно подразумевается под конкретным вопросом;
- в них не используются отрицательные элементы, так как отрицание в анкете увеличивает вероятность неправильного толкования;
- каждый элемент опросника представляет собой только один вопрос.
- все заданные вопросы имеют отношение к контексту оценки качества жизни, связанного со здоровьем.

36 пунктов опросника сгруппированы в восемь шкал:

1. физическое функционирование,
2. ролевое функционирование, обусловленное физическим состоянием,
3. интенсивность боли,
4. общее состояние здоровья,
5. жизненная активность,
6. социальное функционирование,
7. ролевое функционирование, обусловленное эмоциональным состоянием,
8. психическое здоровье.

Проведем краткий обзор каждого из восьми аспектов качества жизни, оцениваемых в анкете SF-36 в баллах.

1. *Физическое функционирование.* Количество баллов по шкале физического функционирования показывает, в какой степени восприятие респондентами их качества жизни зависит от их физического состояния. Количество баллов по шкале «Физическое функционирование» пропорционально степени, в которой респонденты могут выполнять энергичные действия, такие, как бег, подъем тяжелых предметов, участие в напря-

женных видах спорта, восхождение на несколько лестничных пролетов и прогулка более километра.

2. *Ролевое функционирование, обусловленное физическим состоянием.* Количество баллов в этом измерении соответствует степени выполнения респондентами своей роли в повседневной жизни. Данная шкала показывает, насколько сильно препятствует обычной деятельности физическое самочувствие опрашиваемых.

3. *Интенсивность боли.* Баллы по этому измерению указывают на то, в какой степени телесная боль мешает повседневной деятельности человека, включая обязанности, связанные с работой и домашней средой.

4. *Общее состояние здоровья* – оценка респондентом своего состояния здоровья в настоящий момент.

5. *Размер жизненной активности* связан с самоощущением респондента, чувствует ли он себя энергичным и полным бодрости, или усталым и измученным.

6. *Социальное функционирование* относится к социальной деятельности и взаимодействию с членами семьи, друзьями, соседями.

7. *Ролевое функционирование, обусловленное эмоциональным состоянием.* В этом измерении баллами оценивается степень, в которой эмоциональное состояние респондента, например, чувство депрессии или беспокойства, ограничивает его повседневную деятельность. В результате чего, происходит сокращение времени, которое опрашиваемый обычно отводил на выполнение каких-либо работ, и соответственно возникает уменьшение объема этих работ.

8. *Состояние психического здоровья* респондента измеряется с точки зрения степени, в которой он (она) счастлив (а), чувствует себя спокойно или нервничает, или чувствует себя измотанным и усталым, умиротворенным или печальным за последние 4 недели.

Следует отметить, что конфиденциальность респондентов сохраняется через анонимность, и что никто не сможет связать какой-либо ответ с определенным респондентом. Ответчик должен быть уверен, что использование данных опросника будет строго конфиденциальным.

В опроснике используются 35 вопросов для расчета баллов по 8 шкалам, и 1 вопрос предназначен для оценки динамики состояния опрашиваемых за прошедшие 4 недели. Каждый вопрос используется при расчете баллов однократно.

Для всех шкал при полном отсутствии ограничений или нарушений здоровья человека максимальное значение количества баллов равно 100. Чем выше показатель баллов по каждой шкале, тем лучше качество жизни человека. Перед подсчетом показателей баллов 8 шкал проводится перекодировка ответов, затем для получения значений каждой шкалы необходимо суммировать перекодированные ответы согласно методике, представленной авторами опросника в руководстве по применению SF-36®v.2 [2].

Опросник SF-36 широко используется как в англоязычном, так и в русскоязычном научном сообществе. В медицине опросник SF-36 все больше внедряется в различные отрасли, так как является удобным методом в оценке качества жизни пациентов в сравнении с обычной популяцией [3-6].

Основываясь на знаниях, полученных о себе в результате целостного подхода к анкетам SF-36, люди могут стать более активными участниками общества. Чем лучше наше понимание опыта людей и их восприятия качества жизни, тем больше вероятность того, что будут найдены пути и способы по улучшению последнего.

Опросник широко используется в медицинской лечебной и профилактической деятельности. Он удобен для динамического наблюдения за состоянием пациентов с различной патологией, помогает отследить

изменения физического и психического статуса в зависимости от стадии болезни и проведенного лечения.

Мы провели оценку качества жизни 40 пациентов с ревматоидным артритом и убедились в целесообразности использования опросника SF-36 для повышения уровня медицинской помощи при этом заболевании. Мы считаем, что внедрение данного опросника в медицинскую практику будет способствовать улучшению как процесса лечения пациентов, так и их реабилитации.

## Список использованных источников

1. Чумаков Б.Н. Валеология: Учеб. пособ. 2-е изд. испр. и доп. М.: Педагогическое общество России, 2000. 407 с.
2. Амирджанова В.Н. Популяционные показатели качества жизни по опроснику SF-36 результаты многоцентрового исследования качества жизни «Мираж» / В.Н. Амирджанова [и др.] // Научно-практическая ревматология. 2008. № 1. С. 36-48.
3. Даулетбакова Д.Н. Изучение качества жизни больных артериальной гипертензией на основании использования опросника SF-36 / Даулетбакова Д.Н. [и др.] // Молодой ученый. 2018. № 23 (209). С. 23-28.
4. Недошивин А.О, Кутузова А.Э, Петрова Н.Н. Исследование качества жизни и психологического статуса больных с хронической сердечной недостаточностью // Сердечная недостаточность. 2000. № 4. Т. 1.
5. Пикалова Н.Н. Изучение качества жизни больных ХОБЛ в сочетании с ХСН на основании использования опросника SF-36 // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. 2012. № 3 (7). С. 85-94.
6. Шапавалов Р.Г., Силина Л.В., Бобынцев И.И. Исследование показателей качества жизни больных распространенным псориазом с использованием опросника SP-36 // Вестник новых медицинских технологий. 2011. Т. XVIII. № 1. С. 90-93.
7. Möller P.H. The SF-36 questionnaire: a tool to assess health-related quality of life / P.H. Möller, P.H. Smith, P. Petr // 2000. Retrieved 12 May 2008. № 2. P. 25-30.

Дата публикации: 26.09.2018

© Метько Елизавета Евгеньевна, Полянская Анна Валентиновна