

## 头痛损失时间 (HALT) 指数：初级保健中头痛管理负担的衡量

评估头痛症不仅需要进行治疗，还要**衡量患者的生活和生活方式对此产生的影响**，这两者结合是规划最佳管理方案和建立评估治疗基线的前提。

头痛症会给人带来多方面的负担：无论是反复发作的头痛，还是持续性头痛，都会或多或少地破坏我们的生活。单靠一种简单的衡量方法和单个指数来加以总结是不现实的。HALT 背后的概念是评估头痛的致残效应造成的**生产时间损失**；结果用直观有意义的单位（如：日/月）表示。由于生产时间是头痛的重要牺牲品，因此该时间的测量与负担评估高度相关。

HALT 涉及五个问题。

问题 1 和 2 问及头痛导致的**缺勤**，以及在头痛状况下仍坚持工作（**出勤主义**）时的生产率下降。“工作”在此可指受雇于他人或自营职业。儿童可包括功课。在计算工作中总的生产时间损失时，将缺勤的完整天数与生产力不足 50% 的“出勤主义”天数相加；作为平衡，受头痛影响但生产力仍超过 50% 的天数忽略不计。

问题 3 和 4 问及头痛对家务工作的影响。“家务工作”是指日常家庭生活中必需的一系列家务劳动；虽然这些工作的性质在某种程度上可能与性别有关，但“家务工作”在许多文化中不仅是指倾向于留给女性的工作。

给予了说明以避免重复计算（在一天中，工作和家务工作的生产率可能会降低 50% 以上）。

问题 5 涉及因头痛而错过社交场合的天数。

头痛管理中会用到两个版本的 HALT，它们分别针对不同的用途。**HALT-90** 计算前三个月（90 天）内受头痛影响的天数。在对患者的初步评估中，这能最佳平衡两个相互冲突的需求：需要反映患者在一段代表性时期内的病情，以及该时期后的回忆错误问题。在随访期间，评估的目的转向衡量治疗带来的变化。时间短于三个月的衡量方法能更好地达到该目的：**HALT-30** 相应记录前一个月（30 天）受影响的天数。

### HALT 评分

HALT（30 或 90）可以从前四个问题中产生三个总分，每个分数的单位是每一个月或每三个月的以下全天天数：

- a) 损失的（有偿）工作时间；
- b) 损失的家务工作时间；
- c) 损失的生产时间总计 - (a) 与 (b) 之和。

然而，问题 5 产生了一个单位不是整天的简单计数，并且当该计数被添加到这些分数中时会引入错误。此外，将问题 5 纳入反应汇总中还会导致重复计算，因为某人在损失一天的工作时间的后也可在这天晚上又错过一次社交活动。然而，失去的社交活动数量**确实**反映了额外的负担，因此问题 5 保留在 HALT-90 中并包含在**总得分**内（所有五个问题的总和），从而得出最终的**评级**（见表）。

表.HALT-90 评级

过去 3 个月损失的天数	评估的影响	评级 (评级越高, 对医疗护理的需求则更高)
0-5	极少或不经常	I
6-10	轻度或不经常	II
11-20	中等	III (表明非常需要护理)
≥20	严重	IV (表明非常需要护理)

评级有助于表明患者的个人需求水平, 以及治疗的优先级。但是对于作为计划管理前提的评估, 或者对于建立基线影响来说, 个人的总评分比整体评级更能提供充分的信息。HALT-30 不使用评级。

## 头痛治疗反应指数 (HURT) 问卷: 初级护理随访指南

在开始或改变对患者的治疗后, 进行**随访**能够确保实施了最佳治疗或识别未能实施最佳治疗的情况。在后一种情况下, 随访还应确定治疗方案所需的进一步更改。

治疗资源、服务和期望因国家和文化而异。即使在最佳情况下, 也很少能取得完美的结果。通常很难判断个体患者取得的结果是否可以合理预期的最佳结果。对于非专业人士, 最常问的一个问题是: “我们还需实施哪些合理措施, 来取得更好的结果?” 当确定有更多办法时, 紧跟的第二个问题是 “需要做出哪些改变?”

*Lifting The Burden* 项目开发了 **HURT 问卷**来评估护理结果, 并提供这两个问题的答案, 为非专业人士提供优化治疗的适当措施指南。

HURT 是一份包含八个题项的自我管理问卷, 在初级护理中简单易用。

它涵盖头痛频率、残疾、药物使用和效果、患者对头痛 “控制” 的感知以及他们对诊断结果的理解。反应可以在一或三个月的回忆期内按天数计算, 也可以从李克特量表 (Likert) 的选项中选择评级。在这两种情况下, 反应要么属于 “无关紧要” 的区域, 要么被分到三个标记区域之一, 越往后表明要治疗的问题越严重; 而后三项的每个都会提供临床建议。

HURT 问卷在各种环境和文化中进行了心理测验和临床测试。