

پرسشنامه خود اظهاری مزاج سعیدی جهت تعیین مزاج گرم و سرد رحم

Saeidi Mizaj Questionnaire (SMQ) A Self Report Scale for Warm/Cold Uterus Mizaj Identification

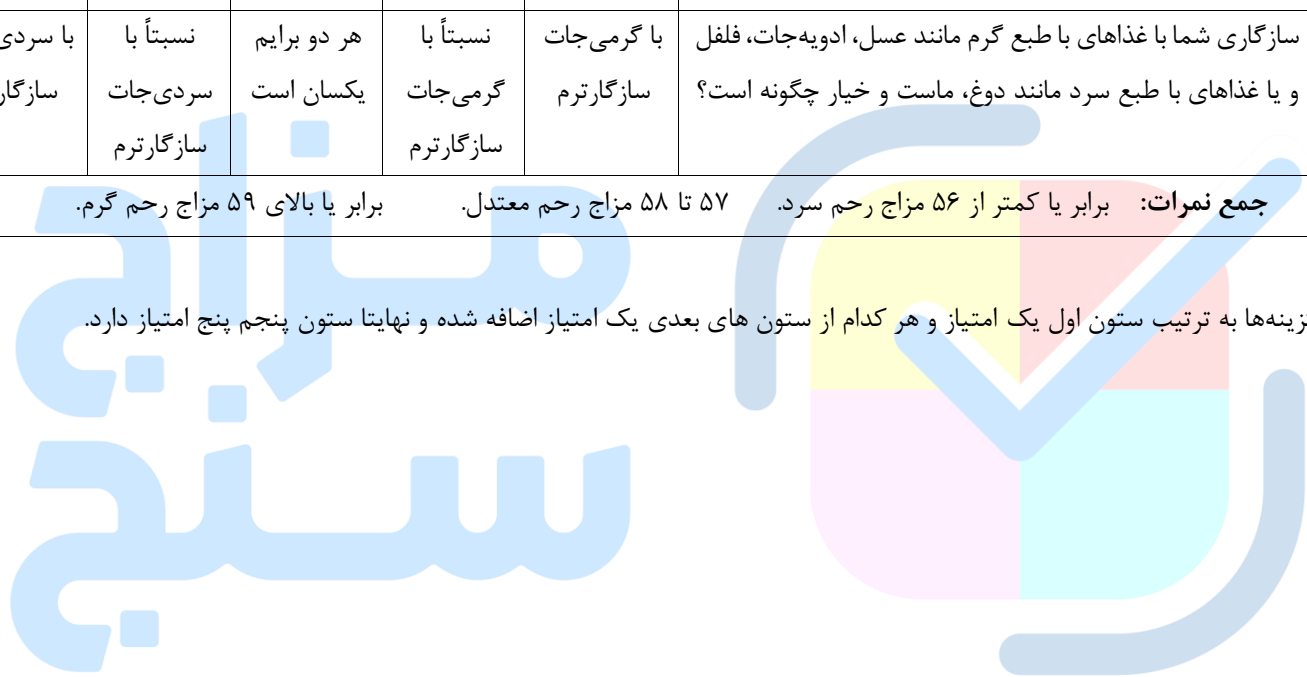
خواهشمند است با دقت یکی از پنج گزینه مربوط به هر سوال را که به حالات خود نزدیک تر می دانید انتخاب کرده و علامت بزنید. در همه سوالات وضعیت کلی بدن و حالات خود را نسبت به همسالان همجنس خود مقایسه و در پاسخ به هر سوال فقط یک گزینه را انتخاب فرمایید.

تاریخ..... نام و نام خانوادگی..... سن..... تلفن همراه.....

شماره	گویه	گزینه‌ها				
۱	مقدار خونریزی قاعدگی شما نسبت به سال گذشته چگونه شده است؟	کمتر	نسبتاً کمتر	بدون تغییر	نسبتاً بیشتر	بیشتر
۲	خون قاعدگی شما از نظر غلیظ و رقیق بودن چگونه است؟	رقیق	نسبتاً رقیق	معمولی	نسبتاً غلیظ	غلیظ
۳	دمای خون قاعدگی شما نسبت به یکسال گذشته چگونه شده است؟	سردتر	نسبتاً سردتر	تغییری نکرده	نسبتاً گرمتر	گرمتر
۴	سرعت خروج خون قاعدگی شما چگونه است؟	کند	نسبتاً کند	معمولی	نسبتاً سریع	سریع
۵	به طور متوسط دوران پاکی شما نسبت به یکسال گذشته چه تغییری کرده است؟	طولانی تر شده	نسبتاً طولانی تر شده	بدون تغییر	نسبتاً کوتاه تر شده	کوتاه تر شده
۶	خون قاعدگی شما چگونه خارج می شود؟	سخت	نسبتاً سخت	معمولی	نسبتاً راحت	راحت
۷	ترشحات رحمی شما در ایام پاکی معمولاً متمایل به چه رنگی است؟	سفید	بیرنگ	مایل به زرد	مایل به سرخ	مایل به سیاه
۸	آیا احساس خارش در ناحیه داخلی تناسلی (واژن) دارید؟	همیشه	اغلب	گاهی	بندرت	هرگز
۹	آیا تماس سردی (مانند آب سرد، هوای سرد) با رحم و زیر شکم شما موجب ایجاد یا تشدید علائم رحمی (مانند درد زیر شکم، دلپیچه، افزایش درد حین قاعدگی، لکه بینی و احساس ناخوشایند در محل رحم) میشود؟	همیشه	اغلب	گاهی	بندرت	هرگز
۱۰	آیا بطور کلی (و به ویژه نزدیک یا طی دوره ی قاعدگی) تمایل به گرم کردن ناحیه شکم و زیر ناف (مثلاً با کیسه آب گرم) دارید؟	همیشه	اغلب	گاهی	بندرت	هرگز
۱۱	آیا مصرف سردیجات مانند دوغ، ماست، خیار، ترشیجات موجب ایجاد یا تشدید شکایات رحمی شما (مانند احساس درد زیر شکم، دلپیچه، افزایش درد حین قاعدگی، لکه بینی و احساس ناخوشایند) میشود؟	همیشه	اغلب	گاهی	بندرت	هرگز
۱۲	مقدار موهای ناحیه تناسلی شما چگونه است؟	کم	نسبتاً کم	معمولی	نسبتاً زیاد	زیاد

۱۳	میزان میل یا کشش جنسی شما در چه سطحی است؟	خیلی کم یا به هیچ وجه	نسبتاً کم	متوسط	نسبتاً بالا	بالا
۱۴	در صورت درخواست همسرتان، آیا برای رابطه جنسی آمادگی دارید؟	هرگز	بندرت	گاهی	اغلب	همیشه
۱۵	گرمی و سردی ناحیه باسن یا بالای ران شما معمولاً چگونه است؟	سرد	نسبتاً سرد	معمولی	نسبتاً گرم	گرم
۱۶	در مقایسه با دیگران گرمایی هستید یا سرمای؟	سرمایی	نسبتاً سرمای	نه گرمایی و نه سرمای	نسبتاً گرمایی	گرمایی
۱۷	وقتی اطرافیان دست شما را لمس میکنند در مورد گرمی و سردی آن چه می‌گویند؟	سرد	نسبتاً سرد	نه گرم و نه سرد	نسبتاً گرم	گرم
۱۸	سازگاری شما با غذاهای با طبع گرم مانند عسل، ادویه‌جات، فلفل و یا غذاهای با طبع سرد مانند دوغ، ماست و خیار چگونه است؟	با گرمی جات سازگارترم	نسبتاً با گرمی جات سازگارترم	هر دو برایم یکسان است	نسبتاً با سردی جات سازگارترم	با سردی جات سازگارترم
جمع نمرات: برابر یا کمتر از ۵۶ مزاج رحم سرد. ۵۷ تا ۵۸ مزاج رحم معتدل. برابر یا بالای ۵۹ مزاج رحم گرم.						

در ستون گزینه‌ها به ترتیب ستون اول یک امتیاز و هر کدام از ستون‌های بعدی یک امتیاز اضافه شده و نهایتاً ستون پنجم پنج امتیاز دارد.



توضیح جهت پژوهشگران محترم

پرسشنامه ۱۸ سوالی تعیین مزاج گرم و سرد رحم اولین پرسشنامه ارزیابی مزاج گرم و سرد رحم در طب ایرانی بوده که کلیه مراحل اعتبار سنجی را طی نموده است. نتایج این مطالعه در پایان نامه با عنوان طراحی و بالینی سنجی ابزار تشخیصی سوء مزاج گرم و سرد رحم در طب سنتی ایران در دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گزارش گردیده است. این پرسشنامه با استفاده از شاخص‌های مد نظر منابع مکتوب طب ایرانی جهت تعیین گرمی و سردی رحم و با مشارکت حداقل ۳۰ متخصص طب ایرانی و متدولوژیست با تجربه در حیطه ابزار سازی جهت خانم‌های سنین باروری طراحی و اعتبار سنجی شده است و در آینده نزدیک مقاله آن به جامعه علمی تقدیم می‌گردد. توصیه می‌گردد همکاران ارجمند جهت استفاده از این پرسشنامه در هر گونه پژوهش، مستندات مرجع آن را به اساتید راهنما یا مشاور پروژه خود شامل متخصص طب ایرانی و همچنین اپیدمیولوژیست یا متخصص آمار زیستی ارایه نمایند و در صورت موافقت ایشان از پرسشنامه استفاده فرمایند.

گزارش مختصر روند طراحی و اعتبار سنجی پرسشنامه

پرسشنامه خود اظهاری تعیین مزاج گرم و سرد رحم شامل ۱۸ سؤال است که جهت تعیین وضعیت مزاج رحم از نظر گرمی سردی بکار می‌رود. این پرسشنامه توسط سعیدی و همکاران در سال ۲۰۱۹ طراحی و روایی و پایایی آن مورد بررسی قرار گرفته است. در این پژوهش جهت تبیین مفهوم مزاج و سوء مزاج سرد و گرم رحم، از روش تحلیل مفهوم هیبریدی شامل سه مرحله نظری (مروری بر مطالعات)، کار در عرصه (مصاحبه) و تحلیل استفاده شد. با استفاده از ۱۰ کتاب مرجع طب ایرانی و مصاحبه با ۱۲ نفر از متخصصان طب سنتی علایم و نشانه‌های مزاج و سوء مزاج گرم و سرد رحم استخراج و به ازای هر علامت یک تا سه گویه و در مجموع ۲۴۰ گویه طراحی شد. در مرحله بعدی روایی صوری و محتوای پرسشنامه با مشارکت ۳۰ داوطلب و ۱۵ متخصص طب ایرانی انجام و نهایتاً ۵۵ گویه باقی ماند. پایایی گویه‌ها با انجام آزمون- باز آزمون با مشارکت ۲۶ داوطلب و به فاصله زمانی سه هفته انجام شد. جهت حصول توافق بهتر در تشخیص متخصصان، طی یک نشست سه روزه با شرکت ۱۴ نفر از متخصصین طب ایرانی، علایم برگرفته از متون و مصاحبه متخصصان و داوطلبان ارایه و پس از بحث گروهی کرایتریای ماژور و مینور مزاج گرم و سرد کبد از بین علایم انتخاب گردید. روایی ملاکی (Criterion Validity) با استفاده از روش Known-groups validity بررسی شد. بدین صورت که جهت تعیین استاندارد طلایی ۲۱۶ شرکت کننده توسط یک تیم ۳ نفره از متخصصین طب ایرانی عضو هیات علمی دانشگاه ویزیت گردیده و مزاج کبد شرکت‌گذاشتگان با استفاده از کرایتری‌های مشخص شده و تشخیص بالینی متخصصان تعیین و بصورت جداگانه ثبت شد. از بین این افراد در تعیین مزاج ۲۰۶ نفر بین متخصصین توافق کامل یا نسبی وجود داشت که مزاج‌های تعیین شده بعنوان استاندارد طلایی در نظر گرفته شد. همزمان شرکت کنندگان پرسشنامه را نیز تکمیل نمودند. ضریب اسپیرمن برای هر سوال یک بار به طور کلی و سپس برای گرمی و سردی و اعتدال تعیین شد و گویه‌هایی که در هیچکدام از سه محور فوق ضریب اسپیرمن بالای ۰/۲ نداشتند حذف شدند. نهایتاً ۱۳ گویه با ضریب بالای ۰/۲ باقی ماند که بعنوان پرسشنامه نهایی استخراج گردید.

بر اساس نتایج تشخیص متخصصین از یک سو و نیز جمع امتیاز ۱۳ سوال باقی مانده از سوی دیگر برای سه حالت سردی، گرم و اعتدال ROC Curve ترسیم و نقطه برش مناسب تعیین گردید. حساسیت و ویژگی نقاط برش انتخاب شده جهت هر سه حالت سردی اعتدال و گرمی محاسبه شد. برای بررسی توزیع نرمال از آزمون Kolmogorov-Smirnov استفاده شد. خود اظهاری دارای توزیع نرمال بود؛ بنابراین از تست ANOVA و Post Hoc Test استفاده شد. Mann-Whitney Test نیز محاسبه شد.

نکته: شاید از منظر متخصصین طب ایرانی جای برخی از علایم مانند رنگ بدن، وضعیت وریدها، عضلات و... در پرسشنامه نهایی خالی باشد. در این خصوص لازم به توضیح است که برخی از این شاخص‌ها در پرسشنامه تری خشکی کبد که بزودی منتشر خواهد شد اعتبار خود را نشان داده اند و برخی هم علیرغم دقت بالا و توجه ویژه تیم پژوهش رابطه معناداری با مزاج تعیین شده نداشتند و بر اساس متد مشخص شده بالاجبار در فرایند اعتبار سنجی حذف شده به پرسشنامه نهایی نرسیدند. این مساله اهمیت پژوهش‌ها میدانی و اعتبار سنجی بسیاری از تئوری‌ها مطرح شده در منابع طب ایرانی را بیش از پیش نشان می‌دهد.

Negative Predictive Value(NPV)	Positive Predictive Value(PPV)	ویژگی	حساسیت	نقطه برش	ویژگی
0.85	0.64	%74	%79	38≤	گرمی
0.63	0.38	%74	%80	34-37	اعتدال
0.90	0.46	%77	%70	≤33	سردی

پژوهشگران محترم می توانند تا زمان چاپ مقاله مستند این پرسشنامه به پایان نامه آن رفرنس دهند:

Jafari P. Development and clinimetrics of diagnostic tool of warm and cold dystemperament (sue- mizaj) of liver in Iranian Traditional Medicine: Shahid Beheshti University of Medical Science; 2019. [PhD Thesis]

دکتر عاطفه سعیدی – متخصص طب ایرانی

Atefeh_Saeidi64@yahoo.com

این پرسشنامه در سایت مزاج سنج در دسترس پژوهشگران قرار دارد:

Mezajsanj.ir