

## 腰痛健康診断問診票 [1/2]

番号：	氏名：	生年月日： 年 月 日 ( 歳 )	性別：男・女
入社年月日： 年 月 日 (勤続 年 月)	健診年月日： 年 月 日		
検診機関名：			

次の各質問について、□内に選択肢の中から該当するものを、下線部に該当する事項をそれぞれ記入してください。

## 1. 業務歴

現在の業務に就く前に、他の業務を行ったことがありますか。

① いいえ ② はい (業務の種類：\_\_\_\_\_)

## 2. 既往歴

以前に大きな病気にかかったことがありますか。

① いいえ ② はい (病名：\_\_\_\_\_)

## 3. 腰痛歴

<(1)で①と答えた場合は、4.に進んでください。>

(1) 以前に腰痛になったことがありますか。  ① いいえ ② はい (初回は \_\_\_\_年 \_\_\_\_月ごろ)

(2) 初めて腰痛になったのは  ① 職場で ② 家庭生活上で ③ 交通事故で  
④ スポーツ中に ⑤ その他

(3) その時の起こり方は  ① 急激に起こった ② 徐々に起こった  
○ どんなときに  
 ア.物を持ち上げた、降ろした、運んだ、よけた、拾った、押した、引いたとき イ.中腰で仕事をして  
 いたとき ウ.かがんで仕事をしていたとき エ.不自然な姿勢が続いて オ.立ち仕事をしていたとき  
カ.運転作業で キ.介護作業で ク.寒冷な場所で  
ケ.腰をひねった コ.腰を打撲した サ.尻餅をついた シ.高所から落ちた ス.寝返り動作で  
セ.洗顔時に ソ.くしゃみをした タ.その他

(4) 治療は  ① 何もしていない ② 家庭療法 \_\_\_\_\_  
③ 按摩・ハリ等 ④ 医療機関で受診し、診療を受けた

(5) その後現在に至るまでの症状は (坐骨神経痛、下肢のしびれを含む)  ① \_\_\_\_回発生 ② 初回から腰痛が持続している  
③ 時折(季節・天候の変わり目、疲労時等に)腰痛を感じる程度 ④ 初回以降腰痛はない  
⑤ その他

## 4. 現在の症状 (腰のつっぱり、倦怠感、重苦しさを含む)

<(1)~(4)で①と答えた場合は、5.に進んでください。>

(1) 現在、腰痛はありますか。  ① いいえ ② はい (ときどきある場合を含む)

(2) 現在の業務に就いてから腰痛が発生しましたか。  ① いいえ ② はい (ときどき) ③ はい (たびたび)

(3) 現在の業務に就いてから腰痛が激しくなりましたか。  ① いいえ ② はい

(4) 現在1月間に腰痛が発生しましたか。  ① いいえ ② はい

(5) どんな時に腰が痛みますか。  ① 寝返りするとき ② 朝起床時 ③ 洗顔時  
 ④ 立ち上がり、又は座るとき ⑤ 立ち続ける  
 とき ⑥ 中腰姿勢を続けるとき ⑦ かがんだ姿勢を続けるとき ⑧ 上を向いての作業時 ⑨ 重量物を持ち上げ、又は保持する、人を抱き、又は抱いて移動するとき ⑩ 長時間腰掛け、又は座るとき ⑪ 運転時 ⑫ 歩行時 ⑬ その他

## 腰痛健康診断問診票 [2/2]

- (6) 現在の痛みの強さは  ① ときどき休憩をしないと仕事が続かない  
 ② 休憩をするほどではないが、かなり痛い  
 ③ ときどき軽い痛みを感じる程度 ④ 腰がだるい程度
- (7) 下肢に痛み、つっぱり、倦怠感、しびれがありますか。  ① いいえ ② はい (ときどきある場合を含む)  
 ア. 臀部・大腿から膝まで イ. 臀部・大腿から足  
 まで ウ. 足がしびれている エ. 足に力が入らず  
 歩きづらい
- その下肢痛は (つっぱり、響く感じ、重苦しさ、倦怠感を含む)
- (8) 歩行は  ① 全く正常に歩行が可能である ② 歩行で疼痛、しびれ、脱力が生じる ③ 立ち止まって前傾し、又はうずくまるとその痛み、しびれは軽快する
- (9) 症状の変動は  ① 朝起床時又は動作のはじめに悪く、動いているうちにだんだんよくなる ② 動いているとだんだん悪くなる ③ せき、くしゃみにより悪くなる  
 ア. 天候に関係がある イ. 天候に関係ない  
 a. 良くなる b. 同じ c. 悪くなる
- 天候に左右されますか。  
 ○入浴すると変化しますか。
- (10) 現在腰痛の治療を受けていますか。  ① はい ② いいえ
5. 作業の状況
- (1) 現在の業務について記入してください。 従事年数：\_\_\_\_年 作業内容：\_\_\_\_\_
- (2) どのような作業環境が多いですか。  ① 屋外作業 ② 足場が狭い、不安定又は滑りやすい作業 ③ ゆれ、振動又は衝撃を伴う作業 ④ 寒冷な場所における作業 ⑤ その他
- (3) どのような作業姿勢が多いですか。  ① 腰掛け作業 ② 座作業 ③ 中腰作業 ④ 立ち作業 ⑤ 上を向いての作業 ⑥ 極端に身体を前後に曲げる作業 ⑦ 運転作業 ⑧ その他
- (4) 取り扱う対象は  ① 1人で\_\_\_\_kg～\_\_\_\_kgの物を取り扱うことが多い ② 重量物はほとんど取り扱わない ③ 介護作業が多い
- (5) どのような作業形態が多いですか。  ① 持ち上げ作業 ② 降ろす作業 ③ 荷積み  
 作業 ④ 荷降ろし作業 ⑤ 運ぶ作業 ⑥ 移動  
 する作業 ⑦ 押し、又は引っ張る作業 ⑧ 介護作業 ⑨ その他
- (6) ストレッチングをしていますか。  ① はい (定期的に) ② はい (ときどき) ③ いいえ
- (7) 日常生活において運動をしていますか。  ① はい ② いいえ  
 種類：\_\_\_\_\_  
 頻度：\_\_時間×週当たり\_\_回程度

所見

医師

㊟

参考 2

## 腰痛健康診断個人票 (例)

健康診断年月日： \_\_\_\_年 \_\_\_\_月 \_\_\_\_日

氏名： \_\_\_\_\_ 生年月日： \_\_\_\_年 \_\_\_\_月 \_\_\_\_日 性別： 男・女

### 1. 脊柱の検査

#### (1) 姿勢異常

- ① 側湾又は体軸の傾斜                          +   -
- ② 腰部生理的前弯                              減少 / 後弯、正常、増強
- ③ その他    (具体的に: \_\_\_\_\_)

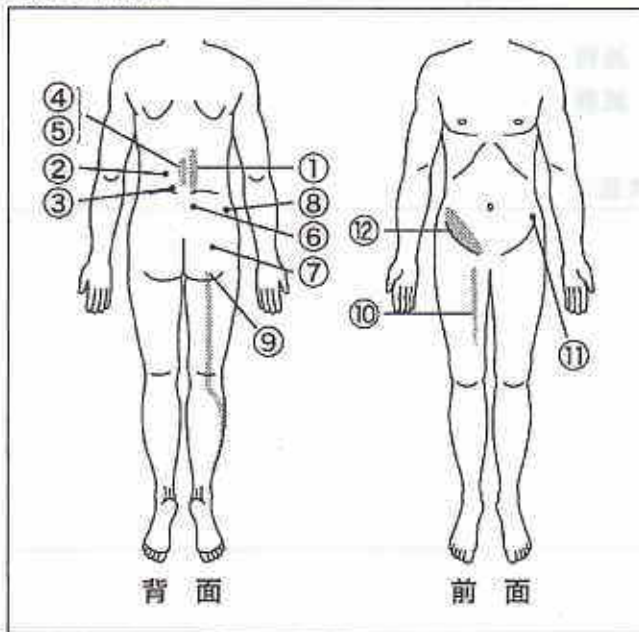
#### (2) 脊柱の可動性及び疼痛

- ① 前屈：指床間距離                          \_\_\_\_\_ cm      ② 前屈時疼痛                              +   -
- ③ 後屈制限    +   -                              ④ 後屈時疼痛                              +   -
- ⑤ その他    (具体的に: \_\_\_\_\_)

#### (3) 筋緊張

- ① 傍脊柱筋緊張増加、硬結                      左 +   -                              右 +   -
- ② その他    (具体的に: \_\_\_\_\_)

#### (4) 圧痛、叩打痛



- ① 傍脊柱筋部
- ② 第三腰椎横突起部
- ③ 腸腰筋部
- ④ 棘突起
- ⑤ 棘突起間部 (L )
- ⑥ 後上腸骨棘部
- ⑦ 仙腸関節部
- ⑧ 上臀神経部
- ⑨ 座骨神経部  
(Valleix 圧痛)
- ⑩ 大腿神経部
- ⑪ 腸骨前上棘部
- ⑫ 腹斜筋部
- ⑬ その他

### 2. 神経学的検査

#### (1) 緊張徴候 (Tension sign)

- ① 下肢進展挙上テスト                          左 + (    ) 度   -                              右 + (    ) 度   -
- ② 大腿神経進展テスト                          左 +   -                              右 +   -

#### (2) 深部腱反射

- ① 膝蓋腱反射                                      左 消失, 減弱, 正常, 亢進                              右 消失, 減弱, 正常, 亢進
- ② アキレス腱反射                                      左 消失, 減弱, 正常, 亢進                              右 消失, 減弱, 正常, 亢進

(3) 下肢知覚検査

① 知覚障害 左 + - 右 + -

② 部位 ( )

(4) 筋力

① 膝関節進展 左 正常 減弱 右 正常 減弱

② 足趾背屈 左 正常 減弱 右 正常 減弱

③ 足趾底屈 左 正常 減弱 右 正常 減弱

④ 腹筋 左 正常 減弱 右 正常 減弱

(5) 筋萎縮

① 臀筋 左 + - 右 + -

② 前脛骨筋 左 + - 右 + -

③ 下腿三頭筋 左 + - 右 + -

3. 脊柱機能検査

クラウス・ウェーバーテスト

(1) 腹筋(上体起こし)

① 筋力 正常 減弱

② 筋持久力 正常 減弱

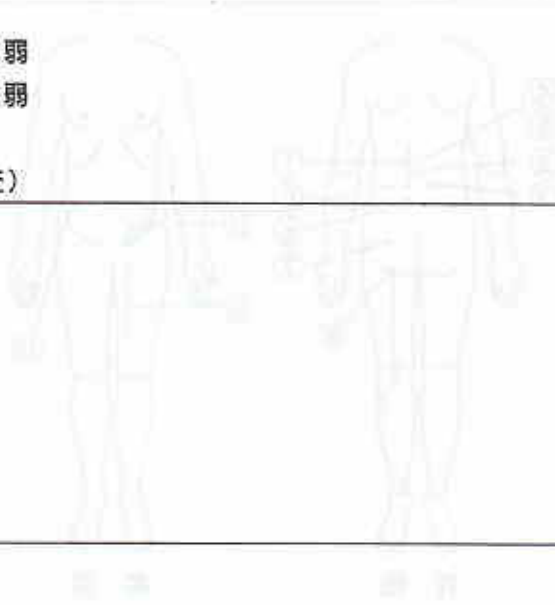
(2) 背腰筋

① 筋力 正常 減弱

② 筋持久力 正常 減弱

4. その他(医師が必要と認める検査)

検査項目	○
検査項目	□
検査項目	□
検査項目	□
検査項目	○
検査項目	□
検査項目	□



総合所見

総合所見

医師

①