

## 【修正 Borg スケール】

英 modified Borg scale

## 【用語解説】

Borg は、人間の身体活動性を評価する目的で、カテゴリー尺度による身体活動能力の評価法を用い、運動中のつらさの自覚的強度を測る Borg スケール<sup>1)</sup>を開発した。

その後、さらに比率特性を備え、日常生活の場面においても汎用可能な、修正 Borg スケール<sup>2)</sup>を開発した。本スケールは主に呼吸困難の評価に使用され、垂直にひかれた線上を 0～10 に分類し（1 段階ずつの分類で 0.5 を含み、12 段階）、アンカーとなるポイントに、その状態をしめす用語が記載されている。本スケールは 1 段階ごとにスコアの上がる順序尺度と異なり、各ポイント間は等間隔性を有するとされている。すなわち、ポイント 4 は 2 の 2 倍の強度といった評価が可能であり、同一対象内の経時的変化の検出に優れている。本スケールは簡便で、短時間で調査可能であり、慢性閉塞性肺疾患における運動中の身体機能評価としては確立された指標である。一方がん患者を対象とした研究報告は少なく、反応性や、反復使用での再現性に関する信頼性についてはさらなる検証が必要とされている。

1) Borg G: Perceived exertion as an indicator of somatic stress. S and J Rehabil Med 1970 ; 23 : 92-93

2) Borg BA: Psychophysical bases of perceived exertion. Med Sci Sports Exerc 14 : 377-381, 1982

10.0	非常に強い
9.0	
8.0	
7.0	かなり強い
6.0	
5.0	強い
4.0	やや強い
3.0	
2.0	弱い
1.0	かなり弱い
0.5	非常に弱い
0	なにも感じない

図 修正 Borg スケール

(国立病院機構岩国医療センター 緩和ケア病棟 白木照夫)

本誌462pに記載