

Appendix 4. 자가보고형 기립성 증상 등급 척도(orthostatic grading scale, OGS)

기립성 증상: 앉아있다가 일어설 때 혹은 서있거나 걸어 다닐 때 다음의 증상을 느끼니까?		
어지러움	<input type="checkbox"/> 예	<input type="checkbox"/> 아니오
무기력 또는 피로감	<input type="checkbox"/> 예	<input type="checkbox"/> 아니오
인지력(사고력/집중력) 떨어짐	<input type="checkbox"/> 예	<input type="checkbox"/> 아니오
시력흔탁(눈앞이 흐려짐)	<input type="checkbox"/> 예	<input type="checkbox"/> 아니오
진전(손, 발 혹은 온 몸이 떨림)	<input type="checkbox"/> 예	<input type="checkbox"/> 아니오
현기증	<input type="checkbox"/> 예	<input type="checkbox"/> 아니오
얼굴 창백	<input type="checkbox"/> 예	<input type="checkbox"/> 아니오
불안	<input type="checkbox"/> 예	<input type="checkbox"/> 아니오
빈맥 또는 심계항진(가슴이 두근거림)	<input type="checkbox"/> 예	<input type="checkbox"/> 아니오
냉습감(차고 축축한 느낌)	<input type="checkbox"/> 예	<input type="checkbox"/> 아니오
오심(속이 메스꺼움)	<input type="checkbox"/> 예	<input type="checkbox"/> 아니오

1. 기립성 증상의 빈도

- ☐ 0 일어설 때 기립성 증상이 없거나 거의 없다.
- ☐ 1 일어설 때 가끔 기립성 증상이 있다.
- ☐ 2 일어설 때 자주 기립성 증상이 있다.
- ☐ 3 일어설 때 대개 기립성 증상이 있다.
- ☐ 4 일어설 때 항상 기립성 증상이 있다.

2. 기립성 증상의 정도

- ☐ 0 일어설 때 기립성 증상이 없다.
- ☐ 1 일어설 때 경도의 기립성 증상이 있다.
- ☐ 2 일어설 때 중등도의 기립성 증상이 있고 가끔 증상 해소를 위해 다시 앉아야 할 때가 있다.
- ☐ 3 일어설 때 중등도의 기립성 증상이 있고 자주 증상 해소를 위해 다시 앉아야 할 때가 있다.
- ☐ 4 일어설 때 중증도의 기립성 증상이 있고 다시 앉지 않으면 빈번히 의식을 잃는다.

3. 기립성 증상의 발현 조건

- ☐ 0 어떤 상황에서도 기립성 증상이 없거나 거의 없다.
- ☐ 1 장시간의 기립 상태, 식사, 신체 활동(예컨대 걷기), 혹은 열에 노출되었을 때(예컨대 뜨거운 햇빛, 뜨거운 물을 이용한 목욕이나 샤워)와 같이 특정한 조건에서 가끔 기립성 증상이 있다.
- ☐ 2 장시간의 기립 상태, 식사, 신체 활동(예컨대 걷기), 혹은 열에 노출되었을 때(예컨대 뜨거운 햇빛, 뜨거운 물을 이용한 목욕이나 샤워)와 같이 특정한 조건에서 자주 기립성 증상이 있다.
- ☐ 3 장시간의 기립 상태, 식사, 신체 활동(예컨대 걷기), 혹은 열에 노출되었을 때(예컨대 뜨거운 햇빛, 뜨거운 물을 이용한 목욕이나 샤워)와 같이 특정한 조건에서 대개 기립성 증상이 있다.
- ☐ 4 특별한 조건과 상관 없이 일어설 때 항상 기립성 증상이 있다.

4. 일상 활동

- ☐ 0 기립성 증상이 일상활동(예컨대 업무, 가사일, 탈의, 목욕)에 지장을 주지 않는다.
- ☐ 1 기립성 증상이 일상활동(예컨대 업무, 가사일, 탈의, 목욕)에 경미한 지장을 준다.
- ☐ 2 기립성 증상이 일상활동(예컨대 업무, 가사일, 탈의, 목욕)에 상당한 지장을 준다.
- ☐ 3 기립성 증상이 일상활동(예컨대 업무, 가사일, 탈의, 목욕)에 현저한 지장을 준다.
- ☐ 4 기립성 증상이 일상활동(예컨대 업무, 가사일, 탈의, 목욕)에 현저한 지장을 준다. 증상 때문에 침대에 누워 있거나 휠체어를 이용한다.

Appendix 4. Continued

5. 서 있을 수 있는 시간

-
- ☐ 0 대부분의 경우 기립성 증상 없이 필요한 만큼 서있을 수 있다.
 - ☐ 1 대부분의 경우 기립성 증상이 있어도 15분 이상 서있을 수 있다.
 - ☐ 2 대부분의 경우 기립성 증상 때문에 5분에서 14분 정도만 서있을 수 있다.
 - ☐ 3 대부분의 경우 기립성 증상 때문에 1분에서 4분 정도만 서있을 수 있다.
 - ☐ 4 대부분의 경우 기립성 증상 때문에 서있을 수 있는 시간이 1분이 채 되지 않는다.
-

Adapted from Kim et al.⁴⁰ with permission of Hyun-Ah Kim.