

پرسشنامه ارزیابی درد آرنج تنیس بازان

نام و نام خانوادگی..... تاریخ.....

پرسش های زیر به ما کمک خواهد کرد که بدانیم شما در هفته گذشته چه مقدار در دست خود مشکل داشته اید. لطفاً شدت علائم دست خود را در یک هفته گذشته به صورت نمره از 0 تا 10 مشخص کنید. اگر به خاطر درد یا ناتوانی قادر نبودید فعالیت را انجام دهید، باید به آن نمره 10 بدهید. اگر در مورد شدت درد مطمئن نیستید لطفاً تا حد امکان تخمین درستی بزنید. فقط هنگامی سوال را بی پاسخ بگذارید که هرگز آن فعالیت را انجام نمی دهید. در این صورت روی آن سوال یک خط افقی بکشید.

درد دست مبتلای شما											
<p>بین 0 تا 10 دور عددی که به بهترین شکل درد شما را در طول هفته گذشته توصیف می کند یک دایره بکشید. صفر (0) یعنی شما <u>هیچ گونه دردی</u> نداشته اید و ده (10) یعنی شما <u>بدترین درد قابل تصور</u> را داشته اید.</p>											
بدترین درد	بدون درد										به مقدار درد خود نمره دهید.
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	وقتی در حال استراحت هستید.
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	وقتی فعالیت انجام می دهید که نیازمند حرکات مکرر دست است.
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	وقتی پلاستیک خرید از مغازه را حمل می کنید.
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	وقتی کمترین مقدار درد را دارید.
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	وقتی بیشترین مقدار درد را دارید.

2- اختلال عملکرد

الف) فعالیتهای خاص

بین 0 تا- 10 دور عددی که به بهترین شکل درد شما را در طول هفته گذشته توصیف می کند یک دایره بکشید. صفر (0) یعنی شما هیچ گونه دردی نداشته اید و ده (10) یعنی شما بدترین درد قابل تصور را داشته اید.

نمیتوانید انجام دهید

هیچ مشکلی ندارید

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	چرخاندن کلید یا دستگیره در
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	در زمان حمل کردن یک پاکت خرید از مغازه یا گرفتن کیف دستی از دستگیره آن
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	در زمانی که لیوان چای یا لیوان شیر را به دهان میبرید
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	باز کردن در یک شیشه مربا یا عسل
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	بالا کشیدن شلوار
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	چلاندن یک لباس خیس

ب) فعالیتهای معمول

بین 0 تا- 10 دور عددی که به بهترین شکل درد شما را در طول هفته گذشته توصیف می کند یک دایره بکشید. منظور از "فعالیت های معمول" در واقع همان فعالیت هایی است که شما قبل از شروع مشکل با دست خود انجام می داده اید. صفر (0) یعنی شما هیچ گونه مشکلی نداشته اید و ده (10) یعنی آن فعالیت به قدری مشکل بوده که شما به کلی از انجام آن فعالیت معمول ناتوان شده اید.

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	1- فعالیت های شخصی (لباس پوشیدن و شست و شو)
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	2- کارهای خانه (تمیز کردن)
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	3- کار (شغل یا کار هر روزه ی شما)
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	4- فعالیت های تفریحی یا ورزشی

نقطه نظرات: