



Lysholm Score

جهت ارزیابی آسیب های لیگامانی زانو و سایر ضایعات زانو از جمله آسیب های غضروفی

« مشخصات فردی »

نام و نام خانوادگی: شماره ملی: سن: تاریخ روز:
شغل: تاریخ پذیرش: شماره پرونده:
آدرس: شماره تماس:

لنگش (Limp)

- بدون لنگش راه می رود ۵
لنگش خفیف یا دوره ای حین راه رفتن دارد ۳
لنگش شدید یا مداوم حین راه رفتن دارد ۰

استفاده از عصا یا چوب زیر بغل (Support)

- از عصا یا چوب زیر بغل استفاده نمی کند ۵
به عنوان کمک جهت وزن گذاری از عصا یا چوب زیر بغل استفاده می کند ۲
وزن گذاشتن روی اندام آسیب دیده ممکن نیست ۰

احساس قفل کردن در زانو (Locking)

- احساس قفل کردن (Locking) و احساس گیر کردن (Catching) در زانو ندارد ۱۵
احساس Catching دارد اما زانو قفل نمی کند ۱۰
گاهی زانو قفل می کند ۶
به کرات زانو قفل می کند ۲
هم اکنون زانو قفل شده است ۰

احساس Giving way در زانو (خالی کردن زانو) (Instability)

- احساس Giving way ندارد ۲۵
زانو به ندرت در حرکات ورزشی شدید و فعالیت های سنگین خالی می کند ۲۰
زانو به کرات در حرکات ورزشی و فعالیت های سنگین ورزشی خالی می کند و امکان شرکت در فعالیت های سنگین را ندارد ۱۵
زانو گاهی طی فعالیت های روزمره خالی می کند ۱۰
زانو اغلب طی فعالیت های روزمره خالی می کند ۵
زانو در هر قدم که بر می دارد خالی می کند ۰

درد (Pain)

- درد ندارد ۲۵
درد متناوب و خفیف طی فعالیت های سنگین دارد ۲۰
درد شدید طی فعالیت های سنگین دارد ۱۵
درد شدید بعد از طی راه رفتن بیشتر از ۲ کیلومتر دارد ۱۰



- ۵ درد شدید بعد از طی راه رفتن کمتر از ۲ کیلومتر دارد
۰ درد مداوم در زانو دارد

تورم (Swelling)

- ۱۰ تورم در زانو ندارد
۶ تورم در زانو تنها پس از فعالیت های سنگین دارد
۲ تورم در زانو پس از فعالیت های معمولی دارد
۰ همیشه زانو متورم است

بالا رفتن از پله (Stair climbing)

- ۱۰ مشکلی در بالا رفتن از پله ندارد
۶ کمی مشکل در بالا رفتن از پله دارد
۲ تنها تک تک می تواند پله های را بالا برود
۰ امکان بالا رفتن از پله را ندارد

چمپاتمه زدن (Squatting)

- ۵ مشکلی در چمپاتمه زدن ندارد
۴ کمی مشکل در چمپاتمه زدن دارد
۱ امکان چمپاتمه زدن با فلکشن بیشتر از 90^0 وجود ندارد
۰ امکان چمپاتمه زدن ندارد

Grading

- 90 - 100 → Excellent (عالی)
84 - 90 → Good (خوب)
65 - 83 → Fair
< 65 → Poor (ضعیف)