

Dansk oversættelse af:

«cpr» «opdato»

«Navn»

«Adresse»

«PostNr» «By»



WESTERN ONTARIO
OSTEOARTHRITIS
OF THE SHOULDER
INDEX (WOOS)©

**Et redskab til måling af livskvalitet ved patienter med gigtlidelse
eller kunstigt led i skulderen**

Copyright © 1998, A. Kirkley, MD, S.Griffin CSS, I. Lo, MD
Oversættelse 2003, John Jakobsen, Ortopædkirurgisk Klinik, Aalborg

PATIENTVEJLEDNING

I det følgende spørgeskema vil du blive anmodet om at besvare spørgsmål i det følgende format, og du skal svare ved at sætte en skråstreg "/" på den vandrette linie.

Bemærk:

1. Hvis du sætter en skråstreg "/" i den venstre ende af linien:



så angiver du, at du ikke oplever den angivne situation.

2. Hvis du sætter en skråstreg "/" i højre ende af linien:



så angiver du, at du oplever situationen I ekstrem grad.

3. Bemærk venligst:

a) at jo længere mod højre du anbringer skråstregen "/", jo mere oplever du dette symptom.

b) at jo længere mod venstre du anbringer skråstregen "/", jo mindre oplever du dette symptomer.

c) Sæt venligst ikke skråstregen "/" udenfor endemarkeringerne.


I dette spørgeskema bliver du bedt om at angive graden af symptomer, du har følt i den sidste uge med hensyn til din problematiske skulder. Hvis du er usikker på, hvilken skulder der er involveret, eller du har andre spørgsmål, så spørg før du udfylder spørgeskemaet.

Hvis du af en eller anden grund ikke forstår et spørgsmål, så læs den forklaring som står i slutningen af spørgeskemaet. Du kan så sætte skråstregen "/" et passende sted på den vandrette linie. Hvis et spørgsmål ikke er relevant for dig eller du ikke har oplevet det i den seneste uge, så kom med dit bedste bud på, hvilket svar der ville være mest nøjagtigt.


AFSNIT B: Sport/fritid/arbejde

Følgende afsnit handler om, hvor meget dit skulderproblem har påvirket dine sports- og fritidsaktiviteter indenfor den seneste uge. Du skal igen til hvert spørgsmål markere omfanget af dine symptomer med en skråstreg "/".

7. Hvor meget besvær har du med at arbejde eller nå noget over skulderhøjde?

intet besvær  ekstremt besvær

8. Hvor meget besvær har du ved at løfte ting (fx. indkøbsposer, affaldsposer osv.) under skulderhøjde?

intet besvær  ekstremt besvær

9. Hvor meget besvær har du med at gøre gentagne bevægelser under skulderhøjde som fx. at rive, feje eller vaske gulv på grund af din skulder?

intet besvær  ekstremt besvær

10. Hvor meget besvær har du med at skubbe eller trække noget tungt på grund af din skulder?






intet besvær  ekstremt besvær

11. Hvor besværet er du af forværring af skuldersmerterne, når du har brugt den?

ikke besværet  ekstremt besværet

AFSNIT C: Livsstil

Dette afsnit handler om, hvordan dit skulderproblem har påvirket eller ændret din livsstil. Marker omfanget som i de foregående afsnit med en skråstreg "/".

12. Hvor meget besvær har du med at sove på grund af din skulder?
- intet besvær  ekstremt besvær
13. Hvor meget besvær har du med at ordne dit hår på grund af skulderen?
- intet besvær  ekstremt besvær
14. Hvor meget besvær har du med at holde dig i form i det niveau du ønsker på grund af din skulder?
- intet besvær  ekstremt besvær
15. Hvor meget besvær har du ved at række bagud og stoppe en skjorte ned, tage en pung fra baglommen eller ordne dit tøj?
- intet besvær  ekstremt besvær
16. Hvor meget besvær har du med af- og påklædning på grund af din skulder?
- intet besvær  ekstremt besvær

AFSNIT D: Følelser

De følgende spørgsmål handler om, hvordan du har følt det den sidste uge med hensyn til dit skulderproblem. Marker omfanget med en skråstreg "/".

17. Hvor megen frustration eller modløshed føler du på grund af din skulder?

ingen ●—————● ekstrem

18. Hvor bekymret er du for, hvad der vil ske med din skulder i fremtiden?

slet ikke bekymret ●—————● ekstremt bekymret

19. Hvor meget til besvær føler du, at du er for andre?

slet ikke ●—————● ekstremt meget

Supplerende spørgsmål

1. Hvis en "normal" skulder fungerer 100%, hvordan fungerer din skulder så?

_____ %

2. Marker ud for hvert billede om du med strakt albue kan løfte armen som vist

1. Før armen fremad med strakt albue



Kan
Kan ikke



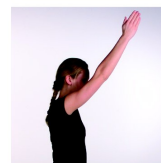
Kan
Kan ikke



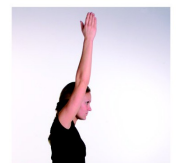
Kan
Kan ikke



Kan
Kan ikke



Kan
Kan ikke



Kan
Kan ikke

Såfremt du har problemer med din skulderalloplastik, som du mener skal tilses, bedes du enten kontakte praktiserende læge eller den sygehusafdeling, hvor du blev behandlet.

Spørgeskema udfyldt den (dato)_____

TAK FORDI DU VILLE UDFYLDE SPØRGESKEMAET

Hvad betyder spørgsmålene?

Afsnit A: Fysiske symptomer

Spørgsmål 1

Drejer sig om enhver pludselig jagende eller skarp smerte du føler, når du bevæger din arm.

Spørgsmål 2

Drejer sig om den murrende langvarige baggrundssmerte, som er ret konstant i modsætning til den pludselige skarpe smerte, der henføres til i forklaringen på spørgsmål 1.

Spørgsmål 3

Drejer sig om mangel på styrke til at udføre en bevægelse eller aktivitet.

Spørgsmål 4

Drejer sig om følelsen af, at din skulder ikke vil bevæges eller føles stiv eller låst. Dette kan føles om morgenen, når man står op eller efter en periode uden aktivitet.

Spørgsmål 5

Drejer sig om enhver lyd og/eller følelse du oplever i din skulder ved bevægelse, ofte beskrives det som skurren, knagen, knækken eller klikken.

Spørgsmål 6

Mange mennesker føler at smerter eller stivhed i skulderen ændrer sig med vejret. Nogle føler det ved en ændring i atmosfærisk tryk eller temperatur. Overvej venligst alle disse omstændigheder.

Afsnit B: Sport/fritid/arbejde

Spørgsmål 7

Drejer sig om enhver aktivitet som kræver, at du løfter din arm over skulderhøjde. Det kan være for at skifte en loftspære, pudse et vindue, nå en høj hylde, hænge tøj i skabet eller lægge et stort lagen sammen.

Spørgsmål 8

Dette drejer sig om at løfte ting i enhver højde under skulderen såsom en indkøbspose, bowlingkugle, sodavandskasse, affaldsspand, bøger, udstyr på arbejde eller at anbringe noget i ovnen.

Spørgsmål 9

Drejer sig om at gøre en frem- og tilbage- eller cirkel-bevægelse igen og igen under skulderhøjde.

Spørgsmål 10

Drejer sig om enhver aktivitet som kræver styrke i sin udførelse såsom at skubbe eller trække en tung støvsuger, åbne eller lukke en tung dør eller vindue, trække planter op af haven, tage strømper på, skifte gear i en bil eller flytte møbler.

Spørgsmål 11

Drejer sig om ekstra smerter du føler efter aktiviteter, som kræver brug af din skulder..

Afsnit C: Livsstil

Spørgsmål 12

Drejer sig om den virkning din skulder har på dine sædvanlige sovevaner såsom at blive nødt til at skifte sovestilling, at vågne om natten, ikke at kunne falde i søvn, have besvær med at ligge behageligt eller at vågne op med følelse af ikke at være udhvilet.

Spørgsmål 13

Drejer sig om alt du gør med dit hår såsom daglig frisering, børstning eller vask, som kræver, at du kan nå dit hår med den arm, hvor skulderen er problematisk.

Spørgsmål 14

Omhandler det niveau din form var i eller den aktivitet du havde fra før din skulder blev et problem i din nuværende situation. Overvej alle aktiviteter som du føler bidrog til din muskelspænding, styrke eller kondition såsom bowling, fisketure, spadsereture, cykling osv.

Spørgsmål 15

Drejer sig om at nå bagpå for at lyne op eller ned, tage BH af/på, nå din baglomme, klø din ryg osv.

Spørgsmål 16

Drejer sig om ethvert problem med at tage tøj af eller på, at måtte skifte tøjstil eller størrelse på grund af din skulder, eller måtte ændre på den måde du af- eller påklæder dig på grund af din skulder.

Afsnit D: Følelser

Spørgsmål 17

Drejer sig om enhver frustration din skulder har voldt dig. Det kan være frustration over dine fysiske begrænsninger eller økonomiske situation alt sammen relateret til dit skulderproblem.

Spørgsmål 18

Drejer sig om bekymringer over at din skulder bliver værre i stedet for bedre eller uforandret.

Spørgsmål 19

Drejer sig om følelsen af, at du ulejliger andre med at hjælpe dig med dagligdags opgaver eller ting som du tidligere var vant til selv at gøre.