

Dansk oversættelse af:



WESTERN ONTARIO
SHOULDER INSTABILITY
INDEX (WOSI)[©]

Et redskab til måling af livskvalitet ved patienter med skulder instabilitet

Copyright © 1998 (#474672) A. Kirkley MD, S. Griffin, CSS,
Oversættelse 2005, Lars Blønd, Dansk Selskab for Artroskopisk Kirurgi og Sportstraumatologi.
Tak til Klaus Bak for medvirken.

INSTRUKTION TIL PATIENTER

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:

ingen smerte  ekstrem smerte

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

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

ingen smerte  ekstrem smerte

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 symptom.

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. I**

Sektion A: Fysiske symptomer

INSTRUKTION TIL PATIENTER

De følgende spørgsmål drejer sig om de fysiske symptomer, du har på grund af dit skulderproblem. Ved hvert spørgsmål skal du sætte en skråstreg "/" på linien for at markere omfanget af dine symptomer indenfor den seneste uge. (Vær venlig at markere dit svar med en streg "/")

1. Hvor ondt gør det i din skulder når du arbejder med armen over hovedet?

ingen smerter |-----| ekstrem smerter

2. Hvor meget murren eller ømhed har du i skulderen?

ingen murren/
ømhed |-----| ekstrem murren/
ømhed

3. Hvor plaget er du af kraftnedsættelse eller manglende styrke i din skulder?

ingen kraftnedsættelse |-----| ekstrem kraftnedsættelse

4. Hvor plaget er du af udtrætning eller manglende udholdenhed i din skulder?

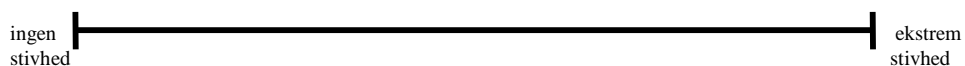
ingen udtrætning |-----| ekstrem udtrætning

5. Hvor generet er du af klikken, knasen eller smæld i skulderen?

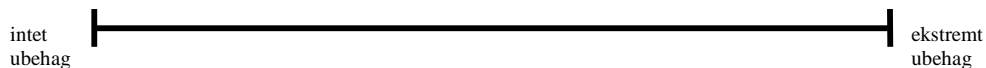
ingen klikken |-----| ekstrem klikken

Sektion A: fortsætter

6. Hvor generet er du af stivhed i skulderen?



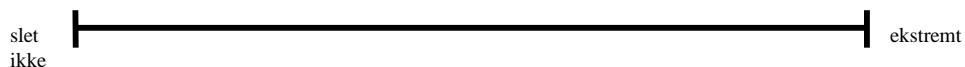
7. Hvor meget ubehag har du i dine nakkemusklér som en følge af dit skulderproblem?



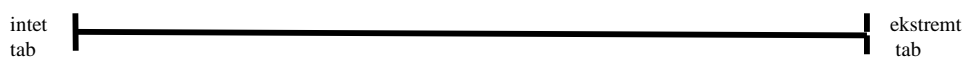
8. Hvor ustabil eller løs er din skulder?



9. Hvor meget kompenserer du for din skulder med brug af andre muskler?



10. Hvor meget har du mistet af din bevægelighed i skulderen?

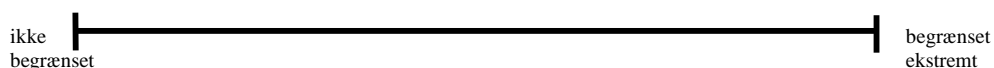


SEKTION B: Sport/fritid/arbejde

INSTRUKTIONS TIL PATIENTER

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

11. Hvor meget har dit skulderproblem begrænset dig i at deltage i sport eller fritidsaktiviteter?



12. Hvor meget har skulderen indvirket på din evne til at udføre specifikke færdigheder, som er nødvendige i din sport eller dit arbejde? (Hvis skulderen generer både ved arbejde og sport skal du angive det i forhold til der hvor den generer mest)



13. Hvor stort et behov har du for at beskytte din arm under aktivitet?



14. Hvor svært er det at løfte tunge ting under skulderens niveau?



SEKCTION C: Livsstil

INSTRUKTIONS TIL PATIENTER

Følgende afsnit handler om, i hvor høj grad dit skulder problem har påvirket eller ændret din livsstil. Du skal igen til hvert spørgsmål markere omfanget af dine symptomer med en skråstreg ”/”.

15. Hvor meget frygter du at falde på din skulder?

ingen frygt |-----| ekstrem frygt

16. I hvilken grad forhindrer dit skulderproblem dig i at holde dig i form?

slet ikke |-----| ekstrem grad

17. Hvor svært har du ved løssluppen aktivitet, så som brydning og slåskamp med familie og venner?

ingen besvær |-----| ekstremt besvær

18. Hvor meget søvnbesvær har du på grund af din skulder?

ingen besvær |-----| ekstremt besvær

SEKTION D: Følelseslivet

INSTRUKTIONER TIL PATIENTER

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

19. Hvor bevidst er du om din skulder?

ikke bevidst |-----| ekstrem bevidst

20. Hvor bekymret er du for at dit skulderproblem forværres?

ikke bekymret |-----| ekstrem bekymret

21. Hvor frustreret er du over din skulder?

ikke frustreret |-----| ekstrem frustreret

TAK FORDI DU VILLE UDFYLDE SPØRGESKEMAET

Hvad betyder spørgsmålene?

Sektion A: Fysiske symptomer

Spørgsmål 1.

Det drejer sig om en hver aktivitet hvor det er nødvendigt at få armene over skulderniveau så som at sætte tallerkner ind i et skab, ordne dit hår, svømme crawl, male et loft eller udføre et overhåndskast etc.

Spørgsmål 2.

Det drejer sig om den murrende langvarige baggrundssmerte, som er ret konstant i modsætning til den pludselige skarpe smerte.

Spørgsmål 3.

Det drejer sig om nedsat kraft til at udføre aktiviteter hvor du anvender din arm.

Spørgsmål 4.

Det drejer sig om hvorvidt din skulder udtrættes eller i lange perioder er ude af stand til at gøre noget.

Spørgsmål 5.

Det drejer sig om din skulder giver lyde fra sig ved bevægelse.

Spørgsmål 6.

Det drejer sig om følelsen af, at din skulder ikke vil bevæges. Dette kan ofte føles om morgenen, når man står op eller efter en periode uden aktivitet. Det drejer sig ikke om nedsat bevægelighed i din skulder.

Spørgsmål 7.

Det drejer sig om graden af spænding, smerte eller infiltrationer i dine nakkemusklér som føles at være udløst at dit skulderproblem.

Spørgsmål 8.

Det drejer sig om følelse af din skulder går helt eller delvist af led, eller følelsen af din skulder glider ned eller glider i andre retninger.

Spørgsmål 9.

Det drejer sig om hvorvidt du bruger din arm eller ryg til at kompensere for din skulder ved udførelse af bestemte aktiviteter.

Spørgsmål 10.

Det drejer sig om ikke at have fuld bevægelighed i skulderen ved bevægelse i én eller flere retninger.

Section B: Sports/fritid/arbejde

Spørgsmål 11.

Det drejer sig om hvor vidt du har måtte begrænse din deltagelse i eller helt stoppe en aktivitet.

Spørgsmål 12.

Drejer sig om hvorvidt du har haft reducerede færdigheder til at udføre en bestemt aktivitet på arbejde, i fritiden eller under sport.

Forklaring af spørgsmål - fortsat

Spørgsmål 13.

Det drejer sig om hvorvidt du bevidst eller ubevidst beskytter din arm ved at holde den tæt til kroppen, afskærmer den eller anvender en bandage.

Spørgsmål 14.

Dette drejer sig ikke om at løfte ting over hovedhøjde, men om at løfte tunge ting i niveauet under skulderen, f.eks. en indkøbspose, udstyr på arbejde, bøger eller en bowling kugle.

Sektion C: Livsstil

Spørgsmål 15.

Det drejer sig om hvorvidt du frygter at falde på din skulder eller på udstrakt hånd på den pågældende side.

Spørgsmål 16.

Det drejer sig om det træningsniveau som du opretholdt før din skulder blev et problem. Dette inkluderer faldet i muskelstyrke eller kondi.

Spørgsmål 17.

Det drejer sig om enhver løssluppen eller kraftbetonet aktivitet som du normalt ville kaste dig ud i med familie eller venner.

Spørgsmål 18.

Drejer sig om hvorvidt du er nødt til at forandre sovestilling, vågner op om natten, har svært ved at falde i søvn eller vågner op med følelse af at være uudhvilet.

Section D: Emotions

Spørgsmål 19.

Drejer sig om hvorvidt du altid er bevidst om din skulder eller du tager den med i dine overvejelser inden du gør noget.

Spørgsmål 20.

Drejer sig om hvorvidt du er nervøs for at din skulder bliver værre i stedet for at blive bedre eller den er uforandret.

Spørgsmål 21.

Drejer sig om den frustration du føler på baggrund af din manglende kunnen til at gøre tingene som plejer og som du ønsker, men ikke mere kan.

SCORING OF THE WESTERN ONTARIO SHOULDER INSTABILITY (WOSI) INDEX

1. Measure the distance from the left side of the line and calculate the score out of 100 (recorded to the nearest 0.5 mm.). Write it into the space provided for that question.
2. You can calculate a total score for each domain (Physical Symptoms/1000; Sports/Recreation/Work/400; Lifestyle/400; Emotions/400) or the total score for the domains can be summed for an aggregate score out of 2100.
3. Some find it more meaningful to report scores out of 100 i.e. a percentage of normal score. Since the worst possible score is 2100, the aggregate score is subtracted from 2100 and divided by 21.
e.g if a patient's total aggregate score = 1625; then the percentage score would be:

$$\frac{2100 - 1625}{21} \times 100 = 22.6\%$$

The same applies for each domain.

Physical symptoms

| |
|--------------|
| PS1 _____. |
| PS 2 _____. |
| PS 3 _____. |
| PS 4 _____. |
| PS 5 _____. |
| PS 6 _____. |
| PS 7 _____. |
| PS 8 _____. |
| PS 9 _____. |
| PS 10 _____. |
| TOTAL |
| _____. |

Sports/recreation/work

| |
|--------------|
| S 11 _____. |
| S 12 _____. |
| S 13 _____. |
| S 14 _____. |
| TOTAL |
| _____. |

Emotions

| |
|--------------|
| E 19 _____. |
| E 20 _____. |
| E 21 _____. |
| TOTAL |
| _____. |

Lifestyle

| |
|--------------|
| L 15 _____. |
| L 16 _____. |
| L 17 _____. |
| L 18 _____. |
| TOTAL |
| _____. |

Summary

| |
|---------------|
| PS _____. |
| S/W _____. |
| L _____. |
| E _____. |
| TOTAL: |
| _____. |