



Vállinstabilitási kérdőív – OXFORD

1. Az elmúlt fél év során hányszor ficamodott ki a válla?

Egyszer sem	A fél év alatt 1-2 alkalommal	Havi 1-2 alkalommal	Hetente 1-2 alkalommal	Hetente többször
-------------	----------------------------------	------------------------	---------------------------	---------------------

2. Az elmúlt három hónapban volt-e nehézsége az öltözködésben a válla miatt?

Egyáltalán nem	Kicsit nehéz volt	Közepesen nehéz volt	Csak nagyon nehezen tudtam	Egyáltalán nem tudtam
----------------	-------------------	-------------------------	-------------------------------	--------------------------

3. Az elmúlt három hónapban jelentkező legerősebb fájdalmát hogyan jellemezné?

Egyáltalán nem volt	Enyhe	Közepes	Erős	Elviselhetetlen
------------------------	-------	---------	------	-----------------

4. Mennyire akadályozta a vállfájdalom a mindennapi tevékenységében az elmúlt 3 hónapban?

Egyáltalán nem	Kicsit	Közepesen	Nagyon	Teljesen lehetetlenné tette
----------------	--------	-----------	--------	--------------------------------

5. Előfordult-e az elmúlt 3 hónapban, hogy azért nem csinált meg valamit, mert félt, hogy közben kificamodhat a válla?

Egyáltalán nem	Nagyon ritkán	Néha	Szinte minden nap vagy több tevékenység esetében is	Minden nap vagy sok tevékenység esetében
----------------	---------------	------	--	---



dr. Mátrai Akos
baleseti sebész, váll- és kézsebész

Vállinstabilitási kérdőív – OXFORD

6. Előfordult-e az elmúlt 3 hónapban, hogy Ön számára fontos tevékenységben akadályozta a válla?

Egyáltalán nem	Nagyon ritkán	Néha	Szinte minden nap vagy több tevékenység esetében is	Minden nap vagy sok tevékenység esetében
----------------	---------------	------	---	--

7. Milyen gyakran befolyásolta a vállfájdalom a mindennapi tevékenységében az elmúlt 3 hónapban?

Egyáltalán nem	Ritkán	Időnként	Gyakran	Minden nap
----------------	--------	----------	---------	------------

8. Mennyire befolyásolta/zavarta a válla a sportolásban az elmúlt 4 hét során?

Egyáltalán nem	Kicsit/Ritkán	Időnként	Gyakran	Állandóan
----------------	---------------	----------	---------	-----------

9. Hányszor jutott eszébe a válla az elmúlt 4 hét során?

Soha, csak ha mások kérdezték	Ritkán	Időnként	Gyakran	Minden nap
-------------------------------	--------	----------	---------	------------

10. Mennyire okozott gondot a nehéz tárgyak emelése az elmúlt 4 hét során?

Egyáltalán nem	Ritkán	Időnként	Gyakran	Minden nap
----------------	--------	----------	---------	------------

11. Hogyan jellemezné a vállfájdalmát az elmúlt 4 hét során?

Nem volt	Nagyon enyhe	Enyhe	Közepes	Erős
----------	--------------	-------	---------	------

12. Kellett-e kerülnie valamilyen pózt alvás során a válla miatt?

Nem	Csak 1-2 éjszaka	Néhány éjszaka előfordult	Az éjszakák többségében	Minden éjszaka
-----	------------------	---------------------------	-------------------------	----------------