

Skala CONSTANT

Dane pacjenta:

Operacja/diagnoza:

Data: _____

Strona: P L

Badanie: przed-operacją

3 miesiąc

6 miesiąc

1 rok

2 lata

___ lat

A. – Ból (/15): średnia (1+2)

A _____

1. Czy odczuwasz ból w swoim barku (w czasie normalnych aktywności)?

Nie= 15 pkt Łagodny ból= 10 pkt Umiarkowany ból= 5 pkt Ostry/stały ból= 0 pkt _____

2. Skala liniowa

„0” oznacza brak bólu, „15” to jest największy ból, jakiego doświadczyłeś. Zaznacz na skali poziom swojego bólu. (Punkty przyznawane są w skali odwrotnej, np. poziom 5 dla bólu oznacza 10 pkt).

Poziom bólu

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Punkty															
15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

B. – Aktywności życia codziennego (/20): suma (1+2+3+4)

B _____

1. Czy Twoja praca albo życie codzienne są ograniczone przez problem barku?

Nie= 4 Umiarkowane ograniczenie= 2 Ciężkie ograniczenie= 0 _____

2. Czy Twój czas wolny i rekreacja są ograniczone przez problem barku?

Nie= 4 Umiarkowane ograniczenie= 2 Ciężkie ograniczenie= 0 _____

3. Czy Twój sen jest zaburzony z powodu barku?

Nie= 2 Czasami= 1 Tak= 0 _____

4. Określ do jakiego poziomu możesz używać Twojej kończyny do wykonywania bezbolesnych, praktycznych aktywności.

Pas= 2 Wyrostek mieczykowaty(mostek)= 4 Szyja= 6 Głowa= 8 Ponad głową=10 _____

C. - Zakres ruchu (wypełnia lekarz lub fizjoterapeuta) (/40): suma (1+2+3+4)

C _____

1. Zgięcie przodem

0-30

0 pkt

2. Odwiedzenie

0-30

31-60

2 pkt

31-60

61-90

4 pkt

61-90

91-120

6 pkt

91-120

121-150

8 pkt

121-150

>150

10 pkt

>150

3. Rotacja zewnętrzna _____

Dłoń za głową&łokieć do przodu 2 pkt

Dłoń za głową&łokieć do tyłu 4 pkt

Dłoń ponad głową&łokieć do przodu 6 pkt

Dłoń ponad głową&łokieć do tyłu 8 pkt

Pełna elewacja ramienia 10 pkt

4. Rotacja wewnętrzna (grzbiet dłoni do) _____

Udo 0 pkt

Pośladki 2 pkt

St.krzyżowo-biodrowy 4 pkt

Pas 6 pkt

Th 12 8 pkt

Pomiędzy łopatkami 10 pkt

D. – Siła (/25): Punkty: średnia (kg) × 2 = D _____

Test to wykonanie izometrycznych napięć w czasie utrzymania ciężaru przy ramieniu odwiedzionym do 90° (test na m.supraspinatus i m.deltoideus). Ciężar mnoży się razy dwa. Maksymalny wynik to 25 pkt – określa to możliwość siłową zdrowego/niezajętego ramienia. Na zasadzie procentowej oblicza się wydolność ramienia zajętego. Obciążenia równe dla obu kończyn to 25 pkt, połowa ciężaru to 12 pkt i tak dalej.

SUMA (/100): A + B + C + D _____