

KJERNESPØRSMÅL korsryggssmerter

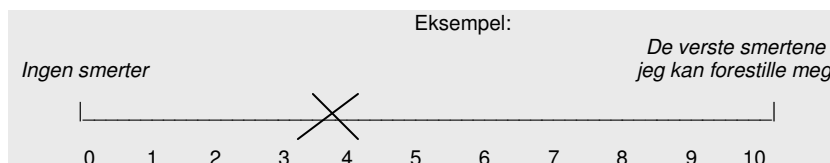
Før behandling

Ryggproblemer kan forårsake smerter i ryggen og/eller i beina/baken, samt forårsake sanseforstyrrelser som kribling, nummenhet og prikking og stikking i disse områdene.

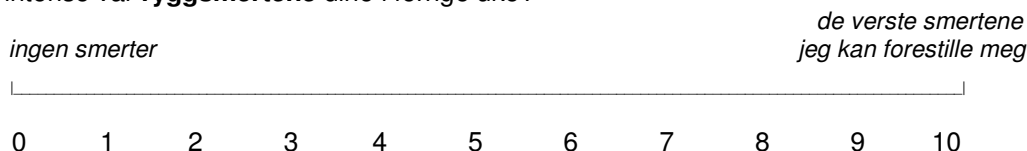
- 1 Hvilket av følgende problemer plager deg **mest**?
Velg bare **ett** av alternativene.

- ☐₁ Ryggssmerter
☐₂ Smerter i beina/baken
☐₃ Sanseforstyrrelser i ryggen/beina/baken som f.eks. kribling, nummenhet og prikking og stikking
☐₄ Ingen av de ovennevnte

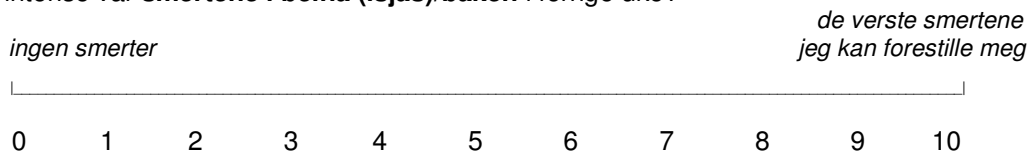
- 2 For de 2 følgende spørsmålene (2a og 2b) ønsker vi at du angir hvor intense smertene dine er ved å sette et kryss på linjen fra 0 til 10 (hvor "0" = ingen smerter, "10" = de verste smertene du kan tenke deg). Det er separate spørsmål for ryggssmerter og for smerter i beina (isjas)/baken.



- 2a Hvor intense var **ryggssmertene** dine i forrige uke?



- 2b Hvor intense var **smertene i beina (isjas)/baken** i forrige uke?



- 3 I løpet av **siste uke**, i hvilken grad **forstyrret** ryggproblemene deg i ditt **vanlige arbeid** (omfatter både arbeid utenfor hjemmet og husarbeid) (sett kryss).

- ☐₁ Ikke i det hele tatt
☐₂ Litt
☐₃ I moderat grad
☐₄ I stor grad
☐₅ I svært stor grad

- 4 Hvis du måtte leve resten av **livet med de symptomene du har akkurat nå**, hva ville du synes om det?

- ☐₁ Svært fornøyd
☐₂ Litt fornøyd
☐₃ Verken fornøyd eller misfornøyd
☐₄ Litt misfornøyd
☐₅ Svært misfornøyd

Vennligst gå til neste side

forts. KJERNESPØRSMÅL korsryggsmerter

5 Tenk over hvordan **siste uke** har vært.
Hvordan vil du karakterisere din livskvalitet?

- ☐₁ Svært god
- ☐₂ God
- ☐₃ Moderat
- ☐₄ Dårlig
- ☐₅ Svært dårlig

6 I løpet av **de siste 4 ukene**, hvor mange dager **gjorde du mindre enn du pleier** (jobb, husarbeid, skole, fritidsaktiviteter) på grunn av ryggproblemene?

- ☐₁ Ingen
- ☐₂ Mellom 1 og 7 dager
- ☐₃ Mellom 8 og 14 dager
- ☐₄ Mellom 15 og 22 dager
- ☐₅ Mer enn 22 dager

7 I løpet av **de siste 4 ukene**, hvor mange dager **hindret ryggproblemene deg fra** å arbeide (jobb, skole, husarbeid)

- ☐₁ Ingen
- ☐₂ Mellom 1 og 7 dager
- ☐₃ Mellom 8 og 14 dager
- ☐₄ Mellom 15 og 22 dager
- ☐₅ Mer enn 22 dager

Dato: _____ Signatur: _____