Pasientskjema 12 uker etter operasjon ankelbrudd

Kjære pasient

Hei!

Etter noen innledende spørsmål følger 3 spørreskjema om hvordan ankelen fungerer og litt generelt. Til slutt kommer et spørreskjema om helsa di generelt på 5 spørsmål

Takk for at du deltar!

Hvordan vil du beskrive smerten i foten siste uka
50

Ingen smerte (0) Valgt verdi: ingen verdi valgt Verst tenkelige smerte (100)

Er du tilbake i arbeid/studier/skolegang

- Nei
- Ja, som tidligere
- Ja, men med tilpasning
- Pensjonist
- Uør/arbeidsledig

Tidspunkt for retur i jobb

uker

Brukte du ganghjelpemidler seinere enn 6 uker etter skaden?

- Nei
- Krykker
- Staver
- Ortose
- Annet

SEFAS (Self-reported foot and ankle score)

Vennligst marker hvilken side som er aktuell, ev begge.

- Venstre
- Høyre
- Begge

Vi ber om at du svarer på de følgende 12 spørsmålene. Vennligst sett et kryss i den ruten som best beskriver deg selv *de siste 4 ukene*

Velg kun ett svar per spørsmål

Hvordan vil du beskrive smerten du vanligvis har fra den aktuelle ankelen/foten?

- Ingen
- Svært liten
- Liten
- Middels sterk
- Sterk

Hvor lenge har du vært i stand til å gå før smerten fra den aktuelle foten/ankelen blir sterk?

- Ingen smerte innen 30 minutter
- 16 til 30 minutter
- 5 til 10 minutter
- Bare rundt huset
- Ikke i stand til å gå i det hele tatt på grunn av sterk smerte

Har du vært i stand til å gå på ujevnt underlag?

- Ja
- Med litt vanskelighet

- Med middels vanskelighet
- Med svært stor vanskelighet
- Nei, umulig

Har du vært nødt til å bruke ortopediske hjelpemider som ortose, innleggssåle, hælinnlegg eller spesialsko?

- Aldri
- Av og til
- Ofte
- Det meste av tiden
- Alltid

Hvor mye har smerten fra ankelen/foten hemmet ditt vanlige arbeid (inkludert husarbeid og hobbyer)?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Mye
- Totalt

Har du haltet når du har gått på grunn av den aktuelle ankelen/foten?

- Ingen dager
- Kun en eller to dager
- Noen dager
- De fleste dagene
- Hver dag

Har du kunnet gå opp en hel trapp?

- Ja, lett
- Med litt vanskelighet
- Med middels vanskelighet
- Med svært stor vanskelighet
- Umulig

Har du vært plaget av smerter fra den aktuelle ankelen/foten når du ligger i sengen om natten?

- Ingen netter
- Bare en eller to netter
- Noen netter
- De fleste nettene
- Hver natt

Hvor mye har smerten fra den aktuelle ankelen/foten innvirket på dine vanlige fritidsaktiviteter?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Mye
- Totalt

Har du hatt hevelse i foten/ankelen?

- Ikke i det hele tatt
- Av og til
- Ofte
- Det meste av tiden
- Hele tiden

Hvor smertefullt har det vært for deg å reise deg opp fra en stol etter et måltid (inntatt sittende ved et bord) på grunn av den aktuelle ankelen/foten?

- Ikke i det hele tatt
- LItt smertefullt
- Middels smertefullt
- Svært smertefullt
- Utålelig

Har du hatt noen plutselig innsettende sterke smerter - støtlignende, stikkende eller kramper fra ankelen/foten?

- Ingen dager
- Kun en eller to dager
- Noen dager
- De fleste dagene
- Hver dag

Hver dag

Olerud-Molander Ankle Score (OMAS)

Dette spørreskjemaet måler symptomer etter brudd og skader i ankelen. Kryss av for det som best beskriver din situasjon *nå,* relatert til tilstanden i ankelen din.
Sett kun ett kryss per spørsmål

1. Smerte
- Ingen
- Ved gange på ujevnt underlag
- Ved gange på jevnt underlag utendørs
- Ved gange innendørs
- Konstante og kraftige

2. Stivhet
- Ingen
- Stivhet

3. Hevelse
- Ingen
- Bare om kvelden
- Konstant

4. Trappegang
- Ingen problemer
- Redusert evne
- Umulig

5. Løping
- Mulig
- Umulig

6. Hopping
- Mulig
- Umulig

7. Sitte på huk
- Ingen problemer
- Umulig

8. Hjelpemidler
- Ingen
- Teiping, støttebandasje
- Stokk eller krykke

9. Arbeid, daglige gjøremål
- Samme som før skaden
- Redusert tempo
- Byttet til lettere jobb/deltidsarbeid
- Betydelig redusert arbeidsevne

Ankle Fracture Outcome of Rehabilitation Measure (A-FORM)

Dette spørreskjemaet har to deler. I den første, marker påstanden som passer best for din situasjon slik den er *nå*.
Marker kun ett svar per spørsmål.

Jeg kjenner smerter i og rundt ankelen
- hele tida, til og med når jeg ligger
- når jeg forsøker å stå eller gå i et minutt eller to
- ettr at jeg har stått eller gått i rundt 20 minutter
- når jeg har stått eller gått i en time eller mer
- Eller: jeg kjenner ikke smerte i eller rundt ankelen

Det er hevelse rundt ankelen min
- hele tida, til og med når jeg har beina høyt
- det meste av tida, men hevelsen går tilbake når jeg holder beina høyt

- det meste av tida, men hevelsen går tilbake når jeg holder beina høyt
- av og til, spesielt om jeg har vært oppe stått på beinet i 20 minutter
- av og til, spesielt om jeg har vært oppe stått på beinet i en time eller mer
- Eller: jeg har ingen hevelse rundt ankelen

Ankelen min kjennes stiv

- hele tida
- det meste av tida, men ankelen blir mindre stiv etter at jeg har brukt den i en time eller mer
- det meste av tida, men ankelen blir mindre stiv etter ca. 20 minutters bruk
- av og til, men ankelen blir mindre stiv etter bevegelse i et minutt eller to
- Eller: jeg kjenner ingen stivhet i ankelen

I den andre delen er det korte utsagn. Vennligst marker svaralternativet som passer best til din situasjon slik den er *nå*.
Marker kun ett svar per spørsmål.

Hvor vanskelig er det/vil det være å gå på flat mark (for eksempel en jevn gangsti)?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Veldig
- Ekstremt

Hvor vanskelig er det/vil det være å hoppe med begge beina?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Veldig
- Ekstremt

Hvor vanskelig er det/vil det være å spurte/løpe raskt?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Veldig
- Ekstremt

Hvor vanskelig er det/vil det være å sove uten å våkne om natta?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Veldig
- Ekstremt

Hvor vanskelig er det/vil det være å sovne igjen hvis du har våknet om natta?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Veldig
- Ekstremt

Opplever du noen begrensning i aktiviteter for å ta vare på deg selv?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Veldig
- Ekstremt

Generelt, føler du deg deprimert?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Veldig
- Ekstremt

Generelt, føler du deg sliten?

- Ikke i det hele tatt
- Litt

- Litt
- Middels
- Veldig
- Ekstremt

Er du bekymret for ikke å være i stand til å delta i de mosjons- og fritidsaktiviteter du ønsker i framtida?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Veldig
- Ekstremt

Er du bekymret for ikke å kunne bruke de skoene du ønsker?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Veldig
- Ekstremt

For tiden, påvirker ankelbrudet ditt mengden ekstra arbeid som andre i husstanden din nå må gjøre?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Veldig mye
- Ekstremt

For tiden, påvirker ankelbruddet ditt forholdet ditt til utvidet familie og venner?

- Ikke i det hele tatt
- Litt
- Middels
- Veldig mye
- Ekstremt

EQ-5D-5L

Spørreskjema om helse
(Norsk versjon, for Norge)

Klikk på **Neste** for å komme til første spørsmål

Klikk på den ENE boksen som best beskriver helsen din I DAG.

GANGE

- Jeg har ingen problemer med å gå omkring
- Jeg har litt problemer med å gå omkring
- Jeg har middels store problemer med å gå omkring
- Jeg har store problemer med å gå omkring
- Jeg er ute av stand til å gå omkring

Klikk på den ENE boksen som best beskriver helsen din I DAG.

PERSONLIG STELL

- Jeg har ingen problemer med å vaske meg eller kle meg
- Jeg har litt problemer med å vaske meg eller kle meg
- Jeg har middels store problemer med å vaske meg eller kle meg
- Jeg har store problemer med å vaske meg eller kle meg
- Jeg er ute av stand til å vaske meg eller kle meg

Klikk på den ENE boksen som best beskriver helsen din I DAG.

VANLIGE GJØREMÅL *(f.eks. arbeid, studier, husarbeid, familie- eller fritidsaktiviteter)*

- Jeg har ingen problemer med å utføre mine vanlige gjøremål

- Jeg har ingen problemer med å utføre mine vanlige gjøremål
- Jeg har litt problemer med å utføre mine vanlige gjøremål
- Jeg har middels store problemer med å utføre mine vanlige gjøremål
- Jeg har store problemer med å utføre mine vanlige gjøremål
- Jeg er ute av stand til å utføre mine vanlige gjøremål

Klikk på den ENE boksen som best beskriver helsen din I DAG.

SMERTER/UBEHAG

- Jeg har verken smerter eller ubehag
- Jeg har litt smerter eller ubehag
- Jeg har middels sterke smerter eller ubehag
- Jeg har sterke smerter eller ubehag
- Jeg har svært sterke smerter eller ubehag

Klikk på den ENE boksen som best beskriver helsen din I DAG.

ANGST/DEPRESJON

- Jeg er verken engstelig eller deprimert
- Jeg er litt engstelig eller deprimert
- Jeg er middels engstelig eller deprimert
- Jeg er svært engstelig eller deprimert
- Jeg er ekstremt engstelig eller deprimert

* Vi vil gjerne vite hvor god eller dårlig helsen din er I DAG.* Denne skalaen er nummerert fra 0 til 100.* 100 betyr den beste helsen du kan tenke deg.
0 betyr den dårligste helsen du kan tenke deg.* Vennligst klikk på skalaen for å angi hvordan helsen din er I DAG.

DIN HELSE I DAG
50

Den dårligste helsen du kan tenke deg | Valgt verdi: ingen verdi valgt | Den beste helsen du kan tenke deg

Avslutning

Tusen takk for at du har fylt ut skjemaet!

Du vil få et oppfølgende skjema som ligner svært mye på dette etter ca 9 mnd igjen. Det sendes da ut to ganger med 1-2 ukers mellomrom, for at vi skal kontrollere kvaliteten på spørsmålene i skjemaet.
Du vil bli innkalt til røntgenundersøkelse også da, omtrent 1 år etter at du ble operert for bruddet.

Lykke til

Vis skjulte elementer