

A Roland-Morris index kérdőíve

Amikor fáj az Ön dereka, valószínűleg úgy érzi, hogy nem tud néhány olyan dolgot elvégezni, amelyeket egyébként igen. Ez a kérdőív derékfájással kapcsolatos mondatokat tartalmaz. Ha olyan mondatot talál, mely a mai állapotára jellemző, tegyen egy pipát mellé. Ha a mondat nem vonatkozik a mai állapotára, akkor folytassa a következővel.

A beteg neve:.....Dátum:.....

1. A derékfájásom miatt otthon maradok.
2. Gyakran változtatok testhelyzetet, hogy a derekam ne fájjon.
3. A derékfájásom miatt a szokásosnál lassabban tudok menni.
4. A derékfájásom miatt nem tudom elvégezni a szokásos otthoni munkákat.
5. A derékfájásom miatt a korlátot kell használnom a lépcsőn felmenéshez.
6. A derékfájásom miatt gyakrabban le kell feküdnöm.
7. A derékfájásom miatt valamibe bele kell kapaszkodnom, hogy fel tudjak kelni egy fotelből.
8. A derékfájásom miatt másokkal végeztetem el, amit nekem kellene.
9. A derékfájásom miatt a szokottnál lassabban öltözöm fel.
10. A derékfájásom miatt csak rövidebb ideig tudok állni.
11. A derékfájásom miatt kerülöm a lehajolást és a guggolást.
12. A derékfájásom miatt nehezen tudok felkelni egy székből.

13. Majdnem mindig fáj a derekam.
14. A derékfájásom miatt nehezen tudok megfordulni az ágyban.
15. A derékfájásom miatt rossz az étvágyam.
16. A derékfájásom miatt nehezen tudom felvenni a zoknim (harisnyám).
17. A derékfájásom miatt csak rövid távolságra tudok elmenni.
18. A derékfájásom miatt nem jól alszom.
19. A derékfájásom miatt csak segítséggel tudok öltözködni.
20. A derékfájásom miatt a nap legnagyobb részét ülve töltöm.
21. A derékfájásom miatt kerülöm az otthoni nehezebb munkákat.
22. A derékfájásom miatt a szokásosnál ingerültebb és idegesebb vagyok az emberekkel.
23. A derékfájásom miatt a szokásosnál lassabban érek fel az emeletre.
24. A derékfájásom miatt a legtöbb időt az ágyban töltöm.

Pontszám:.....