



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

SKJEMA 2: PASIENTOPPLYSNINGER

Fylles ut av pasienten **6 måneder** etter første undersøkelse ved poliklinikken.

Norsk Nakke og Ryggregister

BESVARES PER BREV AV PASIENTEN

Spørreskjema for personer med nakke- og ryggproblemer etter vurdering/behandling ved poliklinikk på sykehuset.

Versjon 2.0

Formålet med dette spørreskjemaet er å gi helsepersonell bedre forståelse av helseplagene til personer med nakke- og ryggproblemer. Din utfylling av skjemaet vil være til stor nytte for å kunne gi et best mulig tilbud til personer med smerter i nakke eller rygg i fremtiden.

Spørreskjemaet har flere deler. Første del kartlegger opplevd nytte og fornøydhet av vurderingen på sykehuset. Andre del kartlegger hvordan du har det nå. Den består av ulike sett spørsmål for måling av din nåværende helse og funksjon. Til slutt registreres din arbeidssituasjon og kartlegger om du har deltatt på videre behandling etter vurderingen ved poliklinikken.

Dato for utfylling

		.			.		
Dag			Måned			År	

Vi er i spørsmålene nedenfor ute etter din erfaring fra din konsultasjon på nakke- og ryggpoliklinikken og fram til i dag.

Hvilken nytte mener du at du har hatt av vurderingen/behandlingen?

(Sett *kun ett* kryss)

- Jeg er helt bra
- Jeg er mye bedre
- Jeg er litt bedre
- Ingen forandring
- Jeg er litt verre
- Jeg er mye verre
- Jeg er verre enn noen gang før

Hvor fornøyd er du med kontakten med personalet på sykehuset?

(Sett *kun ett* kryss)

- Fornøyd
- Litt fornøyd
- Hverken fornøyd eller misfornøyd
- Litt misfornøyd
- Misfornøyd





--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Hvor sterke smerter har du hatt siste uke?

Hvordan vil du gradere smertene du har hatt i løpet av den siste uken? Sett kryss ved ett tall.

Smertene i hvile.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ingen smerter											Verst tenkelige smerter
Smertene i aktivitet.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ingen smerter											Verst tenkelige smerter

Smerte og funksjon

Disse spørsmålene er utarbeidet for å gi oss informasjon om hvordan dine smerter har påvirket dine muligheter til å klare dagliglivet ditt. Vær så snill å besvare spørsmålene ved å sette kryss (kun ett kryss for hvert avsnitt) i de rutene som passer best for deg.

1. Smerte

- Jeg har ingen smerter for øyeblikket
- Smertene er veldig svake for øyeblikket
- Smertene er moderate for øyeblikket
- Smertene er temmelig sterke for øyeblikket
- Smertene er veldig sterke for øyeblikket
- Smertene er det verste jeg kan tenke meg for øyeblikket

2. Personlig stell

- Jeg kan stelle meg selv på vanlig måte uten at det forårsaker ekstra smerter
- Jeg kan stelle meg selv på vanlig måte, men det er veldig smertefullt
- Det er smertefullt å stelle seg selv, og jeg gjør det langsomt og forsiktig
- Jeg trenger noe hjelp, men klarer det meste av mitt personlige stell
- Jeg trenger hjelp hver dag til det meste av eget stell
- Jeg kler ikke på meg, har vanskeligheter med å vaske meg og holder sengen

3. Å løfte

- Jeg kan løfte tunge ting uten å få mer smerter
- Jeg kan løfte tunge ting, men får mer smerter
Smertene hindrer meg i å løfte tunge ting opp fra gulvet, men jeg greier det hvis det som skal løftes er gunstig plassert, for eksempel på et bord
- Smertene hindrer meg i å løfte tunge ting, men jeg klarer lette og middels tunge ting, hvis det er gunstig plassert
- Jeg kan bare løfte noe som er veldig lett
- Jeg kan ikke løfte eller bære noe i det hele tatt

4. Å gå

- Smerter hindrer meg ikke i å gå i det hele tatt
- Smerter hindrer meg i å gå mer enn 1 ½ km
- Smerter hindrer meg i å gå mer enn ¾ km
- Smerter hindrer meg i å gå mer enn 100 m
- Jeg kan bare gå med stokk eller krykker
- Jeg ligger for det meste i sengen, og jeg må krabbe til toalettet

5. Å sitte

- Jeg kan sitte så lenge jeg vil i en hvilken som helst stol
- Jeg kan sitte så lenge jeg vil i min favorittstol
- Smerter hindrer meg i å sitte mer enn en time
- Smerter hindrer meg i å sitte mer enn en halv time
- Smerter hindrer meg i å sitte mer enn ti minutter
- Smerter hindrer meg i å sitte i det hele tatt

6. Å stå

- Jeg kan stå så lenge jeg vil uten å få smerter
- Jeg kan stå så lenge jeg vil, men får mer smerter
- Smerter hindrer meg i å stå mer enn en time
- Smerter hindrer meg i å stå mer enn en halv time
- Smerter hindrer meg i å stå mer enn ti minutter
- Smerter hindrer meg i å stå i det hele tatt





--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

7. Å sove

- Søvnens min forstyrres aldri av smerter
- Søvnens min forstyrres av og til av smerter
- På grunn av smerter får jeg mindre enn seks timers søvn
- På grunn av smerter får jeg mindre enn fire timers søvn
- På grunn av smerter får jeg mindre enn to timers søvn
- Smerter hindrer all søvn

8. Seksualliv

- Seksuallivet mitt er normalt og forårsaker ikke mer smerter
- Seksuallivet mitt er normalt, men forårsaker noe mer smerter
- Seksuallivet mitt er normalt, men svært smertefullt
- Seksuallivet mitt er svært begrenset av smerter
- Seksuallivet mitt er nesten borte på grunn av smerter
- Smerter forhindrer alt seksualliv

9. Sosialt liv (omgang med venner og bekjente)

- Det sosiale livet mitt er normalt og forårsaker ikke mer smerter
- Det sosiale livet mitt er normalt, men øker graden av smerter
- Smerter har ingen betydelig innvirkning på mitt sosiale liv, bortsett fra at de begrenser mine mer fysiske aktive sider, som sport osv.
- Smerter har begrenset mitt sosiale liv, og jeg går ikke så ofte ut
- Smerter har begrenset mitt sosiale liv til hjemmet
- På grunn av smerter har jeg ikke noe sosialt liv

10. Å reise

- Jeg kan reise hvor som helst uten smerter
- Jeg kan reise hvor som helst, men det gir mer smerter
- Smertene er ille, men jeg klarer reiser på to timer
- Smerter begrenser meg til korte reiser på under en time
- Smerter begrenser meg til korte, nødvendige reiser på under 30 minutter
- Smerter forhindrer meg fra å reise, unntatt for å få behandling

Ved nakkesmerter fylles også det følgende skjema ut

Hvis ditt hovedproblem er nakkesmerter, ber vi om at du også svarer på disse spørsmålene. Sett fortsatt kun ett kryss for hvert avsnitt.

Del 1 - Smerteintensitet

- Jeg har ingen smerter akkurat nå
- Smertene er svært svake akkurat nå
- Smertene er moderate akkurat nå
- Smertene er nokså sterke akkurat nå
- Smertene er meget sterke akkurat nå
- Smertene er de verst tenkelige akkurat nå

Del 2 - Personlig stell (vaske seg, kle på seg, osv.)

- Jeg kan stelle meg selv som normalt, uten at det gir ekstra smerter
- Jeg kan stelle meg selv som normalt, men det gir ekstra smerter
- Det er smertefullt å stelle seg, og jeg er langsom og forsiktig
- Jeg trenger noe hjelp, men klarer mesteparten av mitt personlige stell
- Jeg trenger hjelp hver dag med mesteparten av mitt personlige stell
- Jeg klarer ikke å kle på meg, har vansker med å vaske meg og holder meg i senga

Del 3 - Løfting

- Jeg kan løfte noe tungt uten at det gir ekstra smerter
- Jeg kan løfte noe tungt, men det gir ekstra smerter
- Smerter hindrer meg i å løfte noe tungt opp fra gulvet, men jeg kan klare det hvis det er gunstig plassert, for eksempel på et bord
- Smerter hindrer meg i å løfte meg noe tungt, men jeg kan klare noe lett eller middels tungt hvis det er gunstig plassert
- Jeg kan bare løfte noe meget lett
- Jeg kan ikke løfte eller bære noe i det hele tatt





--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Del 4 - Lesing

- Jeg kan lese så mye som jeg ønsker, uten at det gir smerter i nakken
- Jeg kan lese så mye som jeg ønsker, men med svake smerter i nakken
- Jeg kan lese så mye som jeg ønsker, men med moderate smerter i nakken
- Jeg kan ikke lese så mye som jeg ønsker, på grunn av nokså sterke smerter i nakken
- Jeg kan omtrent ikke lese i det hele tatt, på grunn av meget sterke smerter i nakken
- Jeg kan ikke lese i det hele tatt, på grunn av smerter i nakken

Del 5 - Hodepine

- Jeg har ikke hodepine i det hele tatt
- Jeg har svak hodepine som kommer nå og da
- Jeg har moderat hodepine som kommer nå og da
- Jeg har moderat hodepine som kommer jevnlig
- Jeg har sterk hodepine som kommer jevnlig
- Jeg har hodepine nesten hele tiden

Del 6 - Konsentrasjon

- Jeg kan konsentrere meg uten vansker
- Jeg kan konsentrere meg med små vansker
- Jeg har nokså store vansker med å konsentrere meg
- Jeg har store vansker med å konsentrere meg
- Jeg har svært store vansker med å konsentrere meg
- Jeg kan ikke konsentrere meg i det hele tatt

Del 7 - Arbeid (eller daglige gjøremål)

- Jeg kan gjøre så mye arbeid som jeg ønsker
- Jeg kan gjøre mitt vanlige arbeid, men ikke mer
- Jeg kan gjøre mesteparten av mitt vanlige arbeid, men ikke mer
- Jeg kan ikke gjøre mitt vanlige arbeid
- Jeg kan omtrent ikke gjøre noe arbeid i det hele tatt
- Jeg kan ikke gjøre noe arbeid i det hele tatt

Del 8 - Bilkjøring

- Jeg kan kjøre bil uten smerter i nakken
- Jeg kan kjøre en bil så lenge som jeg ønsker, men med svake smerter i nakken
- Jeg kan kjøre en bil så lenge som jeg ønsker, men med moderate smerter i nakken
- Jeg kan ikke kjøre en bil så lenge som jeg ønsker, på grunn av nokså sterke smerter i nakken
- Jeg kan omtrent ikke kjøre en bil i det hele tatt, på grunn av meget sterke smerter i nakken
- Jeg kan ikke kjøre en bil i det hele tatt, på grunn av smerter i nakken

Del 9 - Søvn

- Jeg har ikke problemer med å sove
- Søvnmin er litt forstyrret. (Mindre enn 1 times søvnløshet)
- Søvnmin er noe forstyrret. (1-2 timers søvnløshet)
- Søvnmin er moderat forstyrret. (2-3 timers søvnløshet)
- Søvnmin er sterkt forstyrret. (3-5 timers søvnløshet)
- Søvnmin er fullstendig forstyrret. (5-7 timers søvnløshet)

Del 10 - Fritid

- Jeg er i stand til å drive med alle mine fritidsaktiviteter uten at det gir smerter i nakken overhodet
- Jeg er i stand til å drive med alle mine fritidsaktiviteter, men med noe smerter i nakken
- Jeg er i stand til å drive med de fleste av, men ikke alle, mine vanlige fritidsaktiviteter på grunn av smerter i nakken
- Jeg er bare i stand til å drive med noen få av mine vanlige fritidsaktiviteter, på grunn av smerter i nakken
- Jeg kan omtrent ikke drive med noen fritidsaktiviteter, på grunn av smerter i nakken
- Jeg kan ikke drive med fritidsaktiviteter i det hele tatt





Pas id

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Har du for tiden et arbeidsforhold? Ikke ta hensyn til om du er sykmeldt eller i permisjon.
(Kryss av for ett av alternativene)

Ja Nei

Dersom "Ja": Vi er interessert i å vite størrelsen på arbeidsforholdet ditt. Hvor stor stillingsprosent har du i jobben din?

Ikke ta hensyn til om du er sykemeldt eller i permisjon.
(Hvis du har flere jobber, oppgi den samlede andelen).

% stilling

Arbeidsstatus nå

- I arbeid nå Arbeidsledig
- Sykmeldt
- Hjemmeværende (ulønnet) % sykmeldt
- Student/skoleelev Arbeidsavklaringspenger
- Alderspensjonist Permanent uførepensjon
- % uføretrygdet

Startdato for siste sykmeldingsperiode for aktuell plage

. .

Dag Måned År

Nøyaktig dag er ukjent, angi måned:

Den nåværende arbeidsevnen sammenlignet med når den var på sitt beste. Vi går ut i fra at arbeidsevnen når den var på sitt beste verdsettes med 10 poeng. Hvor mange poeng vil du gi din nåværende arbeidsevne? 0 betyr at du ikke er i stand til å arbeide for øeblikket.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

helt uten evne til å arbeide

arbeidsevne på sitt beste

Har du deltatt i behandling på sykehus etter vurdering på nakke- og ryggpoliklinikk?

Ja Nei

Operasjon

Var det et individuelt behandlingstilbud? Ja Nei

Var det et gruppebasert behandlingstilbud? Ja Nei

Hvis ja, fikk du etter denne perioden med oppfølgende behandling, tilbud om videre kontroller? Ja Nei

Smertestillende medisiner

Hvor ofte har du i løpet av de siste 4 ukene brukt følgende medisiner? Sett kun ett kryss pr. linje.

	Ikke brukt siste 4 uker	Sjeldnere enn hver uke	Hver uke, men ikke daglig	Daglig
Smertestillende uten resept	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Smertestillende på resept	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Dersom du har fått oppfølging utenfor sykehus siste 6 måneder, hvilken oppfølging har du fått?

	Antall ganger		
	1-3	4-10	>10
<input type="checkbox"/> Trening hos fysioterapeut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Annen behandling hos fysioterapeut (massasje, varmepakninger, elektroterapi, etc)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hvis Ja			
<input type="checkbox"/> Manuell terapi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Psykomotorisk fysioterapi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Kiropraktor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Annen behandling	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Beskrivelse av helsetilstand (EQ-5D)

Vis hvilke utsagn som passer best på din helsetilstand i dag ved å sette *kun ett* kryss i en av rutene for hvert punkt nedenfor.

1. Gange

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

2. 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 store problemer med å vaske meg eller kle meg
- Jeg er ute av stand til å vaske meg eller kle meg

3. Vanlig 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

4. Smerte og 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

5. Angst og depresjon

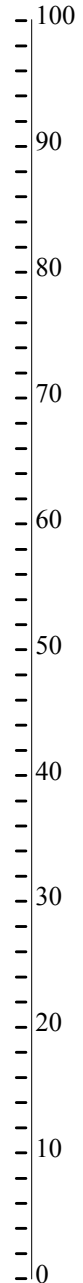
- Jeg er hverken engstelig eller deprimert
- Jeg er litt engstelig eller deprimert
- Jeg er middels engstelig eller deprimert
- Jeg er svært engstelig eller deprimert
- Jeg er ekstremt engstelig eller deprimert

Helsetilstand

For at du skal kunne vise oss hvor god eller dårlig din helsetilstand er, har vi laget en skala (nesten som et termometer), hvor den beste helsetilstanden du kan tenke deg er markert med 100 og den dårligste med 0.

Vi ber deg om at du viser din helsetilstand ved å trekke ei linje fra boksen nedenfor til det punkt på skalaen som passer best med din helsetilstand.

Best tenkelige helsetilstand



Nåværende helsetilstand

Verst tenkelige helsetilstand

