

## HASTALAR İÇİN AÇIKLAMALAR

A, B ve C bölümlerindeki soruların cevapları aşağıdaki örnekte gösterildiği gibi verilmelidir. Cevabınızı kutulardan birine "X" işareti koyarak vermeniz gerekir.

### ÖRNEKLER:

1. "X" işaretini aşağıda gösterildiği gibi soldaki kutuya koyarsanız,

Yok      Hafif      Orta şiddette      Şiddetli      Çok şiddetli  
                       

hiç ağrı hissetmediğinizi belirtmiş olursunuz.

2. "X" işaretini aşağıda gösterildiği gibi sağdaki kutuya koyarsanız,

Yok      Hafif      Orta şiddette      Şiddetli      Çok şiddetli  
                       

çok şiddetli ağrı hissettiğinizi belirtmiş olursunuz.

3. Aşağıdaki konulara dikkat ediniz :

- a) Çarpı işaretini sağ uca ne kadar yakın koyarsanız, o kadar fazla ağrı hissettiğinizi belirtmiş olursunuz.  
b) Çarpı işaretini sol uca ne kadar yakın koyarsanız, o kadar az ağrı hissettiğinizi belirtmiş olursunuz.  
c) Lütfen "X" işaretini kutunun dışına koymayın.

Aşağıdaki sorularda sizden son 48 saat içinde hissetmiş olduğunuz ağrı, tutukluk ve hareket zorluğu şiddetini, bir cetvel üzerinde belirtmeniz istenecektir.

Anketin sorularını \_\_\_\_\_ eklemınızı (hasta eklemınızı) gözönünde bulundurarak cevaplandırınız. Hasta ekleminizin sebep olduğu ağrı, tutukluk ve bedensel hareketsizliğin derecesini belirtiniz.

İncelenecek hasta eklemınız doktorunuz tarafından seçilmiştir. Eğer incelenecek hasta ekleminizin hangisi olduğundan emin değilseniz, soruları cevaplandırmadan önce doktorunuza sorunuz.

# WOMAC Osteoarthritis Index LK3.1

## A Bölümü

### AĞRI

Son 48 saat içinde kireçlenme nedeniyle \_\_\_\_\_ eklemınızde (hasta eklemınızde) hissettiğiniz ağrıyı düşününüz.

(Cevabınızı bir çarpı işareti ("X") ile belirtiniz.)

**SORU: Aşağıdaki durumlarda ne kadar ağrınız olduğunu belirtiniz:**

1. Düz bir zeminde yürürken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

2. Merdiven çıkarken ve inerken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

3. Gece yatağınızda iken uykunuzu bozan ağrı.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

4. Oturur veya yatar haldeyken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

5. Ayakta dururken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

Inceleme  
Koordinatörü  
tarafından  
doldurulacaktır

PAIN1 \_\_\_\_\_

PAIN2 \_\_\_\_\_

PAIN3 \_\_\_\_\_

PAIN4 \_\_\_\_\_

PAIN5 \_\_\_\_\_

# WOMAC Osteoarthritis Index LK3.1

## B Bölümü

### TUTUKLUK

Son 48 saat içinde kireçlenme nedeniyle \_\_\_\_\_ eklemınızde (hasta eklemınızde) hissettiğiniz tutukluğu (ağrıyı değil) düşününüz.

Tutukluk, kireçlenen eklemınızı hareket ettirirken hissettiğiniz güçlük ve yavaşlamadır.

(Cevabınızı bir çarpı işareti ("X") ile belirtiniz.)

6. **Sabah uyandıktan hemen sonra** hissettiğiniz tutukluğun **şiddetini** belirtiniz.

Yok

Hafif

Orta şiddette

Şiddetli

Çok şiddetli

7. **Günün ilerleyen saatlerinde** oturduktan, yattıktan veya dinlendikten sonra hissettiğiniz tutukluğun **şiddetini** belirtiniz.

Yok

Hafif

Orta şiddette

Şiddetli

Çok şiddetli

Inceleme  
Koordinatörü  
tarafından  
doldurulacaktır

STIFF6 \_\_\_\_\_

STIFF7 \_\_\_\_\_

# WOMAC Osteoarthritis Index LK3.1

## C Bölümü

### GÜNLÜK FAALİYETLERİ YAPARKEN YAŞANAN ZORLUKLAR

Son 48 saat içinde aşağıda belirtilen günlük fiziksel faaliyetleri yaparken kireçlenme nedeniyle \_\_\_\_\_ eklemınızde (hasta eklemınızde) yaşadığınız zorlukları düşününüz. Günlük faaliyetlerden kastedilen dolaşabilme ve ihtiyaçlarınızı karşılayabilme yeteneğinizdir.

(Cevabınızı bir çarpı işareti ("X") ile belirtiniz.)

**SORU : Aşağıdakileri yaparken ne kadar güçlük çekiyorsunuz?**

8. Merdiven inerken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

9. Merdiven çıkarken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

10. Oturduğunuz yerden kalkarken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

11. Ayakta dururken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

12. Yere eğilirken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

13. Düz bir zeminde yürürken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

İnceleme  
Koordinatörü  
tarafından  
doldurulacaktır

PFTN8 \_\_\_\_\_

PFTN9 \_\_\_\_\_

PFTN10 \_\_\_\_\_

PFTN11 \_\_\_\_\_

PFTN12 \_\_\_\_\_

PFTN13 \_\_\_\_\_

### GÜNLÜK FAALİYETLERİ YAPARKEN YAŞANAN ZORLUKLAR

Son 48 saat içinde aşağıda belirtilen günlük fiziksel faaliyetleri yaparken kireçlenme nedeniyle \_\_\_\_\_ eklemınızde (hasta eklemınızde) yaşadığınız zorlukları düşününüz. Günlük faaliyetlerden kastedilen dolaşabilme ve ihtiyaçlarınızı karşılayabilme yeteneğinizdir.

(Cevabınızı bir çarpı işareti ("X") ile belirtiniz.)

**SORU : Aşağıdakileri yaparken ne kadar güçlük çekiyorsunuz?**

14. Arabaya veya otobüse binip inerken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

15. Alışveriş yaparken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

16. Çoraplarınızı/dizaltı çoraplarınızı/külötlü çorabınızı giyerken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

17. Yataktan kalkarken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

18. Çoraplarınızı/dizaltı çoraplarınızı/külötlü çorabınızı çıkartırken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

19. Yatakta yatarken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

İnceleme  
Koordinatörü  
tarafından  
doldurulacaktır

PFTN14 \_\_\_\_\_

PFTN15 \_\_\_\_\_

PFTN16 \_\_\_\_\_

PFTN17 \_\_\_\_\_

PFTN18 \_\_\_\_\_

PFTN19 \_\_\_\_\_

# WOMAC Osteoarthritis Index LK3.1

## C Bölümü

### GÜNLÜK FAALİYETLERİ YAPARKEN YAŞANAN ZORLUKLAR

Son 48 saat içinde aşağıda belirtilen günlük fiziksel faaliyetleri yaparken kireçlenme nedeniyle \_\_\_\_\_ eklemınızde (hasta eklemınızde) yaşadığınız zorlukları düşününüz. Günlük faaliyetlerden kastedilen dolaşabilme ve ihtiyaçlarınızı karşılayabilme yeteneğinizdir.

(Cevabınızı bir çarpı işareti ("X") ile belirtiniz.)

**SORU : Aşağıdakileri yaparken ne kadar güçlük çekiyorsunuz?**

20. Banyo küvetine girip çıkarken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

21. Otururken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

22. Tuvalete oturup kalkarken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

23. Ağır ev işleri yaparken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

24. Hafif ev işleri yaparken.

Yok  Hafif  Orta şiddette  Şiddetli  Çok şiddetli

İnceleme  
Koordinatörü  
tarafından  
doldurulacaktır

PFTN20 \_\_\_\_\_

PFTN21 \_\_\_\_\_

PFTN22 \_\_\_\_\_

PFTN23 \_\_\_\_\_

PFTN24 \_\_\_\_\_