

QuickDASH

ISHOD MERENJA

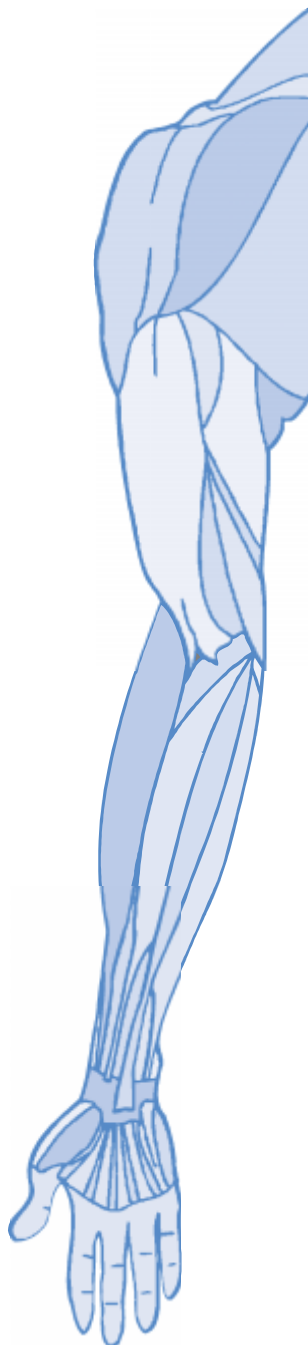
UPUTSTVO

Ovaj upitnik se odnosi na vaše tegobe, kao i na vašu sposobnost da obavljate određene aktivnosti.

Molimo vas da odgovorite na svako pitanje, zasnovano na vašem stanju u poslednjih nedelju dana, zaokruživanjem odgovarajućeg broja.

Ako u poslednjih nedelju dana niste obavljali određenu radnju, procenite koji bi odgovor bio najpribližniji da ste imali prilike da tu aktivnost obavite.

Nije bitno kojom rukom obavljate aktivnost; molimo vas da odgovorite na osnovu vaše mogućnosti da posao obavite.



QuickDASH

Molimo vas da ocenite vašu sposobnost odgovarajućih aktivnosti obavljenih u poslednjih nedelju dana zaokruživanjem broja ispod odgovarajućeg odgovora.

	BEZ TEŠKOĆA	UZ MALO TRUDA	SREDNJE TEŠKO	UZ MNOGO TRUDA	NE MOGU DA OBAVLJAM POSLO
1. Otvaranje poklopca na tegli.	1	2	3	4	5
2. Obavljanje težih kućnih poslova (pranje podova, usisavanje, pranje prozora...).	1	2	3	4	5
3. Nošenje kese ili ručne torbe.	1	2	3	4	5
4. Pranje leđa.	1	2	3	4	5
5. Korišćenje noža u kuhinji.	1	2	3	4	5
6. Bavljenje sportom koji zahteva korišćenje povredene ruke (tenis, košarka, golf, rukomet...).	1	2	3	4	5

	NI MALO	MALO	SREDNJE	PRILIČNO	MNOGO
7. Koliko su vam u poslednjih nedelju dana tegobe vezane za vašu povredu ometale normalne društvene aktivnosti sa porodicom, prijateljima, komšijama i drugim grupama?	1	2	3	4	5

	NI MALO	MALO	SREDNJE	PRILIČNO	MNOGO
8. Da li ste u poslednjih nedelju dana bili ograničeni u obavljanju vašeg posla ili svakodnevnih aktivnosti, a vezano za vašu povredu.	1	2	3	4	5

Molimo vas da ocenite intenzitet navedenih tegoba u poslednjih nedelju dana (zaokruži broj)

	NI MALO	MALO	SREDNJE	PRILIČNO	MNOGO
9. Da li imate bol u ruci?	1	2	3	4	5
10. Da li osećate trnjenje, golicanje ili peckanje u ruci?	1	2	3	4	5

	NI MALO	MALO	SREDNJE	MNOGO	IMAM TOLIKO TEGOBE DA NE MOGU DA SPAVAM
11. Da li ste imali problema sa spavanjem poslednjih nedelju dana zbog tegoba vezanih za vašu povredu?	1	2	3	4	5

QuickDASH nesposobnost/simptom skor = $\left[\left(\frac{\text{zbir dodeljenih vrednosti od n odgovora}}{n} \right) - 1 \right] \times 25$, gde je n jednak broju odgovorenih pitanja

QuickDASH skor ne može da se izračuna ako nije odgovoreno na više od jednog pitanja.

OPCIONALNI UPITNIK (POSAD)

Sledeća pitanja se odnose na uticaj tegoba vezanih za vašu ruku a koje se odnose na radnu sposobnost (uključujući i kućne poslove ako se samo time bavite).

Molimo vas da naglasite koji je vaš posao: _____

- Ako ne radite preskočite ovaj deo.

Molimo vas da zaokružite broj koji najbolje opisuje vaše fizičke sposobnosti u poslednjih nedelju dana.

Da li ste imali određenih poteškoća:

	BEZ TEŠKOĆA	UZ MALO TRUDA	SREDNJE TEŠKO	UZ MNOGO TRUDA	NE MOGU DA OBAVLJAM POSAD
1. Pri obavljanju vašeg uobičajenog posla?	1	2	3	4	5
2. Pri obavljanju vašeg uobičajenog posla zbog bola u ruci, ramenu ili šaci?	1	2	3	4	5
3. Da obavljate vaš posao kao što biste želeli?	1	2	3	4	5
4. Da obavite posao u istom vremenskom roku kao i pre povrede?	1	2	3	4	5

OPCIONALNI UPITNIK (SPORT/MUZIKA)

Sledeća pitanja se odnose na uticaj vaših tegoba sa rukom na bavljenje sportom i muzikom.

Ako trenirate više sportova ili svirate više instrumenata (ili oboje), neka se odgovor odnosi na onu aktivnost koju najviše upražnjavate. .

Naglasite koji sport ili instrument vam je najbitniji : _____

- Ako se ne bavite sportom ili ne svirate instrument preskočite ovaj deo.

Molimo vas da zaokružite broj koji najbolje opisuje vaše fizičke sposobnosti u poslednjih nedelju dana.

Da li ste imali određenih poteškoća:

	BEZ TEŠKOĆA	UZ MALO TRUDA	SREDNJE TEŠKO	UZ MNOGO TRUDA	NE MOGU DA OBAVLJAM POSAD
1. prilikom uobičajenog načina sviranja instrumenta ili bavljenja sportom?	1	2	3	4	5
2. da svirate instrument ili da se bavite sportom zbog bola u ruci, ramenu ili šaci?	1	2	3	4	5
3. da svirate instrument ili se bavite sportom kao što biste želeli?	1	2	3	4	5
4. da provodite uobičajeno vreme za vežbanje na instrumentu ili pri treniranju?	1	2	3	4	5

BODOVANJE OPCIONALNIH UPITNIKA: Saberite dodeljene vrednosti za svaki odgovor; podelite dobijeni broj sa 4; oduzmite 1; pomnožite sa 25.

Opcionalni upitnici ne mogu se izračunati ako na neko pitanje nije odgovoreno.