

Name

Vorname

Geburtsdatum

Datum

VISA-P-G Fragebogen

Bei diesem Fragebogen bezieht sich der Begriff „Schmerz“ speziell auf Schmerzen der Patellarsehne

1. Wie viele Minuten können Sie schmerzfrei sitzen ?

100 Min.

100 min	90 min	80 min	70 min	60 min	50 min	40 min	30 min	20 min	10 min
---------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

.....PUNKTE

2. Haben Sie Schmerzen, wenn Sie mit normaler Geschwindigkeit die Treppe heruntersteigen ?

Starker, heftiger Schmerz Kein Schmerz

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

.....PUNKTE

3. Haben Sie Knieschmerzen, wenn Sie das unbelastete Knie aktiv voll durchstrecken ?

Starker, heftiger Schmerz Kein Schmerz

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

.....PUNKTE

4. Haben Sie Schmerzen, wenn Sie einen Ausfallschritt mit vollem Körpergewicht nach vorne machen ?

Starker, heftiger Schmerz Kein Schmerz

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

.....PUNKTE

5. Haben Sie Probleme, wenn Sie in der tiefen Hocke sitzen ?

Starker, heftiger Schmerz Kein Schmerz

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

.....PUNKTE

6. Haben Sie Schmerzen, während oder unmittelbar nachdem Sie 10 Mal auf einem Bein gehüpft sind ?

Starker, heftiger Schmerz Kein Schmerz

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

.....PUNKTE

7. Betreiben Sie zurzeit Sport oder sind Sie anderweitig körperlich aktiv?

- 0 _ Nein, gar nicht; wegen der Patellasehnenprobleme
- 4 _ SymptomeVeränderte Trainings- und Wettkampffähigkeit wegen der Patellasehnenprobleme
- 7 _ Volle Trainings- und Wettkampffähigkeit, aber auf niedrigerem Niveau als vor Beginn der Symptome
- 10 _ Gleiche oder bessere Wettkampffähigkeit als vor Beginn der Symptome

..... PUNKTE

8. Bitte beantworten Sie entweder A, B oder C dieser Frage

- Wenn Sie während der Sportausübung keine Schmerzen beim Sport haben, dann beantworten Sie bitte nur die Frage 8a.
- Wenn Sie während der Sportausübung Schmerzen haben, die Sie aber nicht zum Abbrechen der Aktivität zwingen, dann beantworten Sie bitte nur die Frage 8b.
- Wenn Sie während der Sportausübung Schmerzen haben, die Sie zum Abbrechen der Aktivität zwingen, dann beantworten Sie bitte nur die Frage 8c.

8a. Wenn Sie während der Sportausübung keine Schmerzen haben, wie lange können Sie trainieren?

- | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 0 | 0-5 Min. | 5-10 Min. | 11-15 Min. | >15 Min. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 0 | 7 | 14 | 21 | 30 |

..... PUNKTE

ODER

8b. Wenn Sie während der Sportausübung Schmerzen haben, die Sie aber nicht zum Abbrechen der Aktivität zwingen, wie lange können Sie trainieren?

- | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 0 | 1-5 Min. | 5-10 Min. | 10-15 Min. | >15 Min. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 0 | 4 | 10 | 14 | 20 |

..... PUNKTE

ODER

8c. Wenn Sie während der Sportausübung Schmerzen haben, die Sie zum Abbrechen der Aktivität zwingen, wie lange können Sie bis zu dem Zeitpunkt noch trainieren?

- | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 0 | 1-5 Min. | 5-10 Min. | 11-15 Min. | >15 Min. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 0 | 2 | 5 | 7 | 10 |

..... PUNKTE

Gesamt-Score (Punkte/100)

..... %