



WESTERN ONTARIO
ROTATOR CUFF INDEX
(WORC)©

**Et spørgeskema til måling af livskvalitet
hos patienter med rotator cuff skade**
(læsion af skulderens rotatormanchet)

Copyright © 1998 (#474673) A. Kirkley MD, S. Griffin, CSS, C. Alvarez, MD
Oversat til dansk af Lone Dragnes Brix, Helle O. Andersen og Line Jensen, november 2014.

Permission to reproduce the WORC is routinely granted by the authors to individuals and organizations for their own use. Requests for permission to reproduce the WORC should be sent to Dr. A. Kirkley, Fowler Kennedy Sport Medicine Clinic, 3M Centre, University of Western Ontario, London, Ontario Canada N6A 3K7.

All rights reserved. No part of this measurement tool may be reproduced or transmitted in any form or by any means – electronic, mechanical, including photography, recording, or any information storage or retrieval system – without permission of the copyright holder. Permission to reproduce the WORC scoring algorithm is hereby granted to the holder of this tool for his/her personal use.

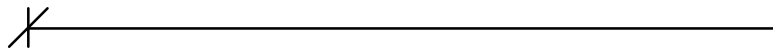
Suggested citation: The Development and Evaluation of a Disease-Specific Quality of Life Measurement Tool for Rotator Cuff Disease: The Western Ontario Rotator Cuff Index , American Academy of Orthopaedic Surgeon's Annual Meeting Book of Abstracts, 1998.

Sådan udfylder du spørgeskemaet

I det følgende spørgeskema vil du blive bedt om at svare på spørgsmål, der er udformet som vist nedenfor, og du bedes svare ved at sætte en skråstreg “/” på tværs af hver linje, som vist i eksemplerne.

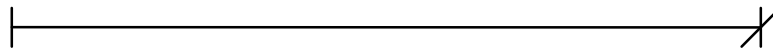
Bemærk venligst:

1. Hvis du sætter skråstregen “/” yderst til venstre på linjen, dvs. således:



Angiver du, at du **ikke** har det symptom.

2. Hvis du sætter skråstregen “/” yderst til højre på linjen, dvs. således:



Angiver du, at du har symptomet **i svær grad**.

3. Bemærk venligst:

a) at jo længere mod højre du sætter din skråstreg “/”, **jo mere** oplever du symptomet.

b) at jo længere mod venstre du sætter din skråstreg “/”, **jo mindre** oplever du symptomet.

c) Du bedes venligst ikke placere stregen “/” udenfor den markerede linje.

Du bedes i spørgeskemaet angive, i hvilken grad du har oplevet et symptom, der er relateret til din skulderlidelse, inden for den sidste uge. Hvis du er usikker på noget i forhold til den pågældende skulder, eller du har andre spørgsmål, bedes du spørge os, inden du udfylder spørgeskemaet.

Hvis et spørgsmål er uklart, bedes du læse forklaringerne bagerst i skemaet, så du kan sætte skråstregen “/” korrekt på den vandrette linje. **Hvis der er en problemstilling, som ikke er relevant for dig, eller som du ikke har oplevet inden for den sidste uge, bedes du give dit bedste bud på, hvilket svar der passer på din situation.**

Afsnit A: Fysiske symptomer

Sådan udfylder du spørgeskemaet

Følgende spørgsmål omhandler de fysiske symptomer, som du har oplevet som følge af din skulderlidelse. For hvert spørgsmål bedes du angive, i hvilken grad du har oplevet det pågældende symptom inden for den sidste uge ved at sætte en skråstreg "/" på tværs af linjen.

1. Hvor mange skarpe smerter har du haft i din skulder?

Ingen smerter |-----| Værst tænkelige smerter

2. Hvor mange konstante, murrende smerter har du haft i din skulder?

Ingen smerter |-----| Værst tænkelige smerter

3. Hvor meget nedsat kraft har du oplevet i din skulder?

Ingen nedsat kraft |-----| Ekstremt nedsat kraft

4. Hvor meget stivhed og nedsat bevægelighed har du oplevet i din skulder?

Ingen stivhed |-----| Ekstrem stivhed

5. Hvor meget er du generet af klik, skurren eller knasen i din skulder?

Ingen |-----| Ekstremt

6. Hvor mange gener oplever du fra nakkemusklernes på grund af din skulder?

Ingen gener |-----| Ekstreme gener

Afsnit B: Sport/fritid

Sådan udfylder du spørgeskemaet

Næste afsnit omhandler, hvordan din skulderlidelse har påvirket dine sports- og fritidsaktiviteter inden for den sidste uge. For hvert spørgsmål bedes du sætte en skråstreg "/" på tværs af linjen.

7. Hvor meget har din skulder påvirket dit træningsniveau?

Ingen påvirkning |-----| Ekstrem påvirkning

8. Hvor meget har din skulder påvirket din evne til at kaste hårdt eller langt?

Ingen påvirkning |-----| Ekstrem Påvirkning

9. Hvor bange er du for, at nogen eller noget skal komme i kontakt med den dårlige skulder?

Ikke bange |-----| Ekstremt bange

10. Hvor svært er det for dig at lave armbøjninger og andre anstrengende skulderøvelser på grund af din skulder?

Ikke svært |-----| Ekstremt svært

Afsnit C: Arbejde

Sådan udfylder du spørgeskemaet

Næste afsnit omhandler, hvor meget din skulderlidelse har påvirket dit arbejde inden for den sidste uge (her menes både lønnet arbejde og arbejde i hus og have). For hvert spørgsmål bedes du sætte en skråstreg "/" på tværs af linjen.

11. Hvor svært er det for dig at udføre de daglige gøremål i hus og have?

Ikke svært |-----| Ekstremt svært

12. Hvor svært er det for dig at bruge armene over skulderniveau?

Ikke svært |-----| Ekstremt svært

13. Hvor meget bruger du den anden arm til at aflaste den dårlige arm?

Slet ikke |-----| Konstant

14. Hvor svært er det for dig at løfte tunge ting i eller over skulderniveau?

Ikke svært |-----| Ekstremt svært

Afsnit D: Livsstil
Sådan udfylder du spørgeskemaet

Næste afsnit omhandler, hvor meget din skulderlidelse har påvirket eller ændret din livsstil indenfor den sidste uge. For hvert spørgsmål bedes du sætte en skråstreg "/" på tværs af linjen.

15. Hvor svært er det for dig at sove på grund af din skulder?

Ikke svært |-----| Ekstremt svært

16. Hvor svært er det for dig at ordne hår på grund af din skulder?

Ikke svært |-----| Ekstremt svært

17. Hvor svært er det for dig at lege vildt eller tumle med familie og venner?

Ikke svært |-----| Ekstremt svært

18. Hvor svært er det for dig at tage tøj af eller på?

Ikke svært |-----| Ekstremt svært

Afsnit E: Følelser
Sådan udfylder du spørgeskemaet

Næste afsnit omhandler, hvordan du har haft det følelsesmæssigt inden for den sidste uge i forhold til din skulderlidelse. For hvert spørgsmål bedes du sætte en skråstreg "/" på tværs af linjen.

19. Hvor frustreret har du været over dit problem med skulderen?

Ikke frustreret |-----| Ekstremt frustreret

20. I hvilken grad føler du dig nedtrykt eller deprimeret på grund af dit problem med skulderen?

Ikke nedtrykt |-----| Ekstremt nedtrykt

21. Hvor bekymret eller foruroliget er du over, om dit problem med skulderen får konsekvenser for dit arbejde?

Ikke bekymret |-----| Ekstremt bekymret

TAK FOR DIN DELTAGELSE

Uddybning af spørgsmålene i spørgeskemaet WORC

Del A: Fysiske symptomer

Spørgsmål 1.

Henviser til hurtige og pludseligt indtræffende smerter i skulderen, som kan opleves som jag.

Spørgsmål 2.

Henviser til dybe, murrende smerter, som altid er til stede, i modsætning til de skarpe smerter, som der spørges til i spørgsmål 1.

Spørgsmål 3.

Henviser til manglende kræfter til at udføre en bevægelse.

Spørgsmål 4.

Henviser til følelsen af, at leddet/skulderen ikke vil bevæge sig. Dette opleves ofte, når man står op om morgenen, efter træning eller efter en inaktiv periode. Det kan også betyde ikke at have fuld bevægelighed i skulderen i en eller flere retninger.

Spørgsmål 5.

Henviser til enhver af de nævnte lyde eller fornemmelser fra skulderen ved alle slags bevægelser.

Spørgsmål 6.

Henviser til spændinger, smerter eller spasmer i dine nakkemusklere, som virker til at være en følge af dit problem med skulderen.

Afsnit B: Sport/fritid

Spørgsmål 7.

Henviser til dit træningsniveau, før du fik din skulderlidelse, inkl. om der nu er nedsat muskelspænding og -kraft, kondital eller styrkeniveau.

Spørgsmål 8

Henviser til enhver bevægelse over hoved niveau, som kræver en del kræfter at udføre. Hvis du ikke kaster en bold, så tænk på en anden aktivitet, fx at slå til en volleyball, kaste en pind til din hund, svømme crawl, serve i tennis osv.

Spørgsmål 9.

Tænk på, hvornår du har været bange for eller været på vagt over for, at nogen eller noget skulle slå til eller komme i berøring med din skulder, fx under sport, i et overfyldt rum eller en elevator, eller hvis nogen slår dig på skulderen som hilsen.

Spørgsmål 10.

Henviser til alle øvelser, som kræver, at du lægger vægt på din skulder, fx armbøjninger, bænkpres osv.

Uddybning af spørgsmålene – fortsat

Afsnit C: Arbejde

Spørgsmål 11.

Henviser til aktiviteter som at rive, skovle sne, støvsuge, tørre støv af, luge/hakke, vaske vinduer og gulv osv.

Spørgsmål 12.

Henviser til enhver aktivitet, som kræver, at du løfter armene over skulderniveau, fx ved at sætte tallerkener på plads i skabet, række efter ting, male loft eller andre bevægelser over skulderniveau.

Spørgsmål 13.

Henviser til, hvis du nu bruger den anden arm til en aktivitet eller opgave, hvor du normalt ville bruge armen på den dårlige side. Hvis du også har en rotator cuff skade eller en anden sygdom på den anden skulder, så overvej, hvordan du ville svare, hvis den skulder var normal.

Spørgsmål 14.

Henviser ikke til at løfte noget op over hovedet, men at løfte tunge ting under skulderniveau, fx en indkøbspose med varer, en kasse sodavand, en kuffert, udstyr på arbejde, bøger osv.

Afsnit D: Livsstil

Spørgsmål 15.

Henviser til, at du har været nødt til at ændre din sovestilling, at du vågner om natten, at du har svært ved at sove eller vågner uden at føle dig udhvilet.

Spørgsmål 16.

Henviser til enhver aktivitet forbundet med hårpleje f.eks. at rede, børste eller vaske dit hår, som kræver, at du hæver din dårlige arm.

Spørgsmål 17.

Henviser til enhver form for fysisk eller vild leg, som du normalt ville deltage i sammen med din familie og dine venner.

Spørgsmål 18.

Henviser til at række om bagpå for at lyne op/ned eller knappe op, lukke eller åbne en BH, tage en sweater eller bluse over hovedet eller tage en t-shirt eller top på.

Afsnit E: Følelser

Spørgsmål 19.

Henviser til dine frustrationer over, at du ikke er i stand til at udføre de ting, som du er vant til, eller de ting du gerne vil, men ikke kan.

Spørgsmål 20.

Nedtrykt eller deprimeret taler for sig selv.

Spørgsmål 21.

Henviser til, at du er bekymret for, om din skulder bliver værre i stedet for bedre eller forbliver uændret, og er bekymret for, hvilken betydning det får på dit arbejde eller daglige gøremål (både lønnet arbejde og arbejde i hus/have).

MÅLING AF WESTERN ONTARIO ROTATOR CUFF (WORC) INDEX

1. Mål afstanden fra den venstre side af linjen og udregn score ud af 100 (afrundet til nærmeste 0,5 mm) Skriv det ind i feltet for det pågældende spørgsmål.
2. Du kan udregne en samlet score for hvert domæne (Fysiske symptomer/600, Sport/fritid/400, Arbejde/400 og Livsstil/400), og den samlede score for domænerne kan samles til en overordnet score på op til 2100.
3. Nogle vil finde det mere meningsfyldt at rapportere en score ud af 100 dvs. en procentdel af en normal score. Eftersom den værste score er 2100, trækkes den samlede score fra 2100 og deles med 21 f.eks. hvis din patients samlede total score = 1625, så vil den procentvise score være $(2100-1625)/21= 22.6 \%$

Det samme gælder for hvert enkelt domæne.

Fysiske symptomer

FS 1 _____
FS 2 _____
FS 3 _____
FS 4 _____
FS 5 _____
FS 6 _____
TOTAL _____

Sport/fritid

SF 7 _____
SF 8 _____
SF 9 _____
SF 10 _____
TOTAL _____

Arbejde

A 11 _____
A 12 _____
A 13 _____
A 14 _____
TOTAL _____

Livsstil

L 15 _____
L 16 _____
L 17 _____
L 18 _____
TOTAL _____

Følelser

F 19 _____
F 20 _____
F 21 _____
TOTAL _____

Sammendrag

FS _____
SF _____
A _____
L _____
F _____
TOTAL _____