

The Young Spine Questionnaire

Version: 9 – 12 år

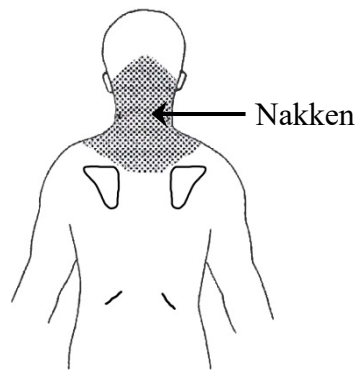
Dansk



Navn _____ Klasse _____

Dette spørgeskema handler om ryggen og nakken. Du må kun sætte ét kryds ved hvert spørgsmål.
Hvis ingen af svarene passer helt på dig, så sæt kryds ved det, der passer bedst.

1. Nakken sidder som vist på billedet



Person set bagfra

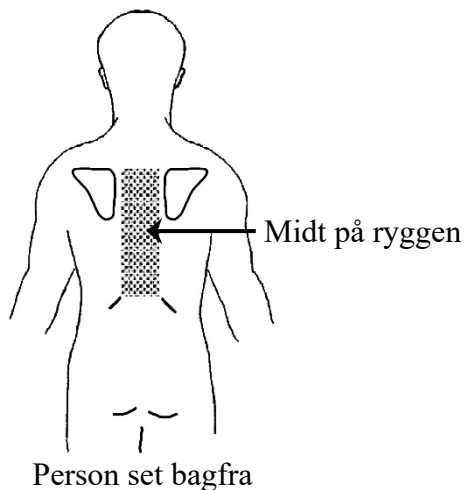
- 1a. Hvor tit har du haft ondt i nakken?
- Ofte
 - En gang imellem
 - En eller to gange
 - Aldrig
- 1b. Har du haft ondt i nakken **den sidste uge**?
- Ja
 - Nej
- 1c. Har du ondt i nakken **i dag**?
- Ja
 - Nej

Ansigerne nedenfor viser, hvor meget noget kan gøre ondt. Smerten stiger fra "ikke ondt" til "rigtig meget ondt".

- 1d. Sæt kryds over det ansigt, der viser hvor ondt du havde i nakken, da det var værst?



2. Midt på ryggen er som vist på billedet



2a. Hvor tit har du haft ondt midt på ryggen?

- Ofte
- En gang imellem
- En eller to gange
- Aldrig

2b. Har du haft ondt midt på ryggen **den sidste uge**?

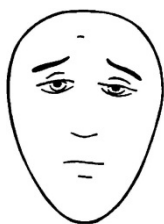
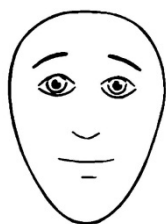
- Ja
- Nej

2c. Har du ondt midt på ryggen **i dag**?

- Ja
- Nej

2d. Sæt kryds over det ansigt, der viser hvor ondt du havde midt på ryggen, da det var værst?

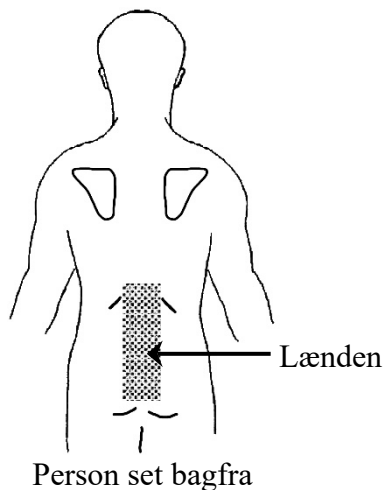
Ikke ondt



Rigtig meget ondt



3. Lænden sidder som vist på billedet



3a. Hvor tit har du haft ondt i lænden?

- Ofte
- En gang imellem
- En eller to gange
- Aldrig

3b. Har du haft ondt i lænden **den sidste uge**?

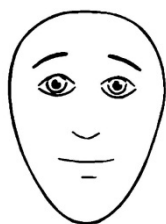
- Ja
- Nej

3c. Har du ondt i lænden **i dag**?

- Ja
- Nej

3d. Sæt kryds over det ansigt, der viser hvor ondt du havde i lænden, da det var værst?

Ikke ondt



Rigtig meget ondt



4. Skole, fritid og behandling

- 4a. Er du blevet hjemme fra skole på grund af ondt i ryg eller nakke?
- Ofte
 - En gang imellem
 - En eller to gange
 - Aldrig
- 4b. Har ondt i ryg eller nakke forhindret dig i at dyrke idræt?
- Ofte
 - En gang imellem
 - En eller to gange
 - Aldrig
- 4c. Har du været hos læge, kiropraktor eller fysioterapeut på grund af ondt i ryg eller nakke?
- Ofte
 - En gang imellem
 - En eller to gange
 - Aldrig

5. Familien

- 5a Har din **far** (ham, du bor ved) nogensinde haft ondt i ryg eller nakke?
- Ja
 - Nej
- 5b. Hvis han har, bliver han så hjemme fra arbejde?
- Ofte
 - En gang imellem
 - Aldrig
- 5c Har din **mor** (hende, du bor ved) nogensinde ondt i ryg eller nakke?
- Ja
 - Nej
- 5d. Hvis hun har, bliver hun så hjemme fra arbejde?
- Ofte
 - En gang imellem
 - Aldrig