Mapi™ Research Trust

This translation was provided by the Author to Mapi Research Trust for distribution. Mapi Research Trust has no information on the validity of this translation which cannot be considered as validated for commercial use.

It should be noted that Mapi/ICON was not involved in the linguistic validation process of this language version. For this reason, Mapi/ICON will not supply any translation certificates or supporting documentation.

For any information or questions, please submit a request in the ePROVIDE system.

Thank you !

Foot and Ankle Outcome Score (FAOS)©

Šodienas datums: _____ **Dzimšanas datums:** _____

Vārds: _____

NORĀDĪJUMI: šajā anketā ietverti jautājumi par Jūsu pēdu/potīti. Šī informācija palīdzēs mums izsekot Jūsu sajūtām par savu pēdu/potīti un saprast, cik labi spējat veikt ikdienas aktivitātes.
Atbildiet uz visiem jautājumiem, atzīmējot atbilstošo lodziņu — tikai vienu lodziņu katram jautājumam. Ja īsti nezināt, kā atbildēt uz jautājumu, sniedziet, Jūsuprāt, pareizāko atbildi.

Simptomi

Uz šiem jautājumiem jāatbild, domājot par simptomiem pēdā/potītē pagājušās nedēļas laikā.

S1. Vai Jūsu pēda/potīte ir pietūkusi?
☐ Nekad ☐ Reti ☐ Dažreiz ☐ Bieži ☐ Vienmēr

S2. Vai jūtat beršanos, dzirdat klikšķus vai jebkādus citus trokšņus, kustinot pēdu/potīti?
☐ Nekad ☐ Reti ☐ Dažreiz ☐ Bieži ☐ Vienmēr

S3. Vai Jūsu pēda/potīte kustoties ieķeras vai atslābst?
☐ Nekad ☐ Reti ☐ Dažreiz ☐ Bieži ☐ Vienmēr

S4. Vai varat pilnībā iztaisnot savu pēdu/potīti?
☐ Nekad ☐ Reti ☐ Dažreiz ☐ Bieži ☐ Vienmēr

S5. Vai varat pilnībā saliekt savu pēdu/potīti?
☐ Nekad ☐ Reti ☐ Dažreiz ☐ Bieži ☐ Vienmēr

Stīvums

Šie jautājumi attiecas uz locītavu stīvuma pakāpi pēdā/potītē pagājušās nedēļas laikā. Stīvums ir ierobežojoša sajūta vai lēnīgums locītavu kustības brīvībā.

S6. Cik smags ir pēdas/potītes stīvums pēc pirmās pamošanās no rīta?
☐ Nav ☐ Viegls ☐ Vidējs ☐ Smags ☐ Ļoti smags

S7. Cik smags ir pēdas/potītes stīvums pēc sēdēšanas, gulēšanas vai atpūtas vēlāk pa dienu?
☐ Nav ☐ Viegls ☐ Vidējs ☐ Smags ☐ Ļoti smags

FAOS© Ewa Maria Roos, 2001

Sāpes

P1. Cik bieži jūtat sāpes pēdā/potītē?

☐ Nekad ☐ Ik mēnesi ☐ Ik nedēļu ☐ Ik dienu ☐ Nepārtraukti

Cik spēcīgas sāpes pēdā/potītē jutāt pagājušās nedēļas laikā, veicot norādītās darbības?

P2. Griežot/savēršot pēdu/potīti

☐ Nekādas ☐ Vieglas ☐ Vidējas ☐ Smagas ☐ Ļoti smagas

P3. Pilnībā iztaisnojot pēdu/potīti

☐ Nekādas ☐ Vieglas ☐ Vidējas ☐ Spēcīgas ☐ Ļoti spēcīgas

P4. Pilnībā saliecot pēdu/potīti

☐ Nekādas ☐ Vieglas ☐ Vidējas ☐ Spēcīgas ☐ Ļoti spēcīgas

P5. Ejot pa līdzenu virsmu

☐ Nekādas ☐ Vieglas ☐ Vidējas ☐ Spēcīgas ☐ Ļoti spēcīgas

P6. Kāpjot augšup vai lejup pa kāpnēm

☐ Nekādas ☐ Vieglas ☐ Vidējas ☐ Spēcīgas ☐ Ļoti spēcīgas

P7. Naktī guļot gultā

☐ Nekādas ☐ Vieglas ☐ Vidējas ☐ Spēcīgas ☐ Ļoti spēcīgas

P8. Sēžot vai guļot

☐ Nekādas ☐ Vieglas ☐ Vidējas ☐ Spēcīgas ☐ Ļoti spēcīgas

P9. Stāvot kājās

☐ Nekādas ☐ Vieglas ☐ Vidējas ☐ Spēcīgas ☐ Ļoti spēcīgas

Funkcionalitāte, ikdienas dzīve

Nākamie jautājumi attiecas uz fizisko funkcionalitāti. Tas nozīmē Jūsu spēju pārvietoties un parūpēties par sevi. Katrai no norādītajām aktivitātēm atzīmējiet grūtības pakāpi, ko piedzīvojāt pagājušās nedēļas laikā pēdas/potītes dēļ.

A1. Nokāpšana pa kāpnēm

☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A2. Uzkāpšana pa kāpnēm

☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A3. Piecelšanās no sēdus pozīcijas

☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A4. Stāvēšana

☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A5. Noliekšanās lejup / priekšmeta pacelšana

☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

FAOS© Ewa Maria Roos, 2001

Funkcionalitāte, ikdienas dzīve

Katrai no norādītajām aktivitātēm atzīmējiet grūtības pakāpi, ko piedzīvojāt pagājušās nedēļas laikā pēdas/potītes dēļ.

A6. Iešana pa līdzenu virsmu
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A7. Iekāpšana automašīnā / izkāpšana no tās
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A8. Došanās iepirkties
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A9. Zeķu/zeķbikšu uzvilkšana
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A10. Piecelšanās no gultas
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A11. Zeķu/zeķbikšu novilkšana
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A12. Gulēšana gultā (pagriešanās, pēdas/potītes pozīcijas saglabāšana)
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A13. Iekāpšana vannā / izkāpšana no tās
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A14. Sēdēšana
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A15. Apsēšanās/piecelšanās no klozetpoda
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A16. Fiziski grūti mājas pienākumi (pārvietot smagas kastes, mazgāt grīdas u. tml.)
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

A17. Viegli mājas pienākumi (gatavošana, putekļu slaucīšana u. tml.)
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

Funkcionalitāte, sports un aktīvā atpūta

Šie jautājumi attiecas uz fizisko funkcionalitāti, nodarbojoties ar fiziskām aktivitātēm. Jautājumi jāatbild, domājot par grūtības pakāpi, ko piedzīvojāt pagājušās nedēļas laikā pēdas/potītes dēļ.

SP1. Pietupieni
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

SP2. Skriešana
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

SP3. Lēkšana
☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

FAOS© Ewa Maria Roos, 2001

Funkcionalitāte, sports un aktīvā atpūta

Jautājumi jāatbild, domājot par grūtības pakāpi, ko piedzīvojāt pagājušās nedēļas laikā pēdas/potītes dēļ.

SP4. Savainotās pēdas/potītes pagriešana/savēršana

☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

SP5. Notupšanās uz ceļiem

☐ Nekāda ☐ Viegla ☐ Vidēja ☐ Smaga ☐ Ļoti smaga

Dzīves kvalitāte

Q1. Cik bieži piefiksējat, ka Jūsu pēdai/potītei ir problēma?

☐ Nekad ☐ Ik mēnesi ☐ Ik nedēļu ☐ Ik dienu ☐ Nepārtraukti

Q2. Vai esat pielāgojis(-usi) dzīvesveidu, lai izvairītos no aktivitātēm, kas varētu kaitēt pēdai/potītei?

☐ It nemaz ☐ Nedaudz ☐ Vidēji ☐ Daudz ☐ Pilnībā

Q3. Cik lielā mērā Jums traucē nepārliecība par savu pēdu/potīti?

☐ It nemaz ☐ Nedaudz ☐ Vidēji ☐ Daudz ☐ Pilnībā

Q4. Kopumā — cik lielas grūtības Jums rada pēda/potīte?

☐ Nekādas ☐ Nelielas ☐ Vidējas ☐ Smagas ☐ Ļoti smagas

Liels paldies par atbildēm uz visiem anketas jautājumiem!

FAOS© Ewa Maria Roos, 2001