

Patientenfragebogen zur Schulterinstabilität

modifiziert nach Rowe C.R.

A. Kupsch, M. Weis, M. A. Kessler, A. Imhoff

Name, Vorname : _____

Geburtsdatum : _____

Heutiges Datum: _____

Welche ist die erkrankte Schulter ? rechts links

Ich bin: Rechtshänder Linkshänder ?

Diesen Fragebogen füle ich aus **für**: rechts links

(Bei Beschwerden an beiden Schultern verwenden Sie bitte 2 separate Fragebögen.)

Liebe Patientin, Lieber Patient

Dies ist ein Fragebogen zur Erfassung Ihrer Schulterbeschwerden. Bitte beantworten Sie alle Fragen gewissenhaft und so genau wie möglich.

Lassen Sie bitte keine Frage unbeantwortet!

Vielen Dank für die Bearbeitung!

I. Stabilität

I-1

a) Fühlt sich Ihre Schulter – bezogen auf Ihr aktuelles Befinden – komplett stabil an, oder haben Sie das Gefühl der Instabilität ?
 komplett stabil instabil

b) Ist Ihnen schon mal die Schulter aus der Gelenkführung herausgesprungen ?
vor OP : ja nein nach OP : ja nein

Wenn ja, wie oft ? _____

Wenn ja, wann zuletzt? _____

Gibt es bestimmte Bewegungen, bei denen die Schulter aus dem Gelenk springt ?

ja nein

Wenn ja, bei welchen ? _____

I-2

Haben Sie manchmal das Gefühl, dass Ihre Schulter nicht vollständig aus dem Gelenk herausspringt, sich aber trotzdem nicht ganz stabil anfühlt ? (Sozusagen ein Beinaheauskugeln mit einem sofortigen Zurückschnappen.)

ja nein

I-3

a) Bitte nehmen Sie die folgende Position ein, wie es auf Photo A und B gezeigt wird.

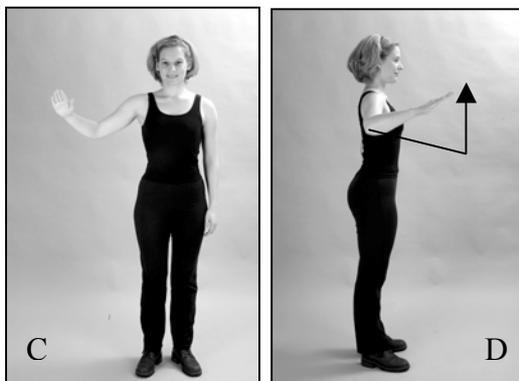


- Achten Sie darauf, dass die Handfläche stets nach unten zeigt.
- Der Ellenbogen sollte sich knapp unterhalb Ihrer Schulter befinden.
- Winkeln Sie das Ellenbogengelenk nur soweit ab, dass zwischen Ihrem Oberarm und Unterarm ein 90°-Winkel entsteht.

FRAGE: Wie fühlt sich dabei Ihr Schultergelenk an?

- stabil, ich kann die Bewegung problemlos ausführen
 - instabil, ich habe Angst oder fühle mich unwohl
 - ich kann diese Bewegung nicht ausführen
- Begründung : _____

I-3 b) Bewegen Sie jetzt Ihren Unterarm nach oben, wie es auf Photo C und D gezeigt wird.



- Achten Sie darauf, dass die Handfläche weiterhin nach unten zeigt.
- Der Ellenbogen befindet sich knapp unterhalb Ihrer Schulter.
- Zwischen Oberarm und Unterarm besteht weiterhin ein 90°-Winkel.

FRAGE: Wie fühlt sich dabei Ihr Schultergelenk an ?

- stabil, ich kann die Bewegung problemlos ausführen
 - instabil, ich habe Angst oder fühle mich unwohl
 - ich kann diese Bewegung nicht ausführen
- Begründung : _____

I-3 c) Bewegen sie Ihren Unterarm nochmals ein Stück in der gleichen Bewegungsrichtung nach oben, bis Ihr Unterarm senkrecht zu Ihrem Oberarm steht (Photo E und F).



- Achten Sie nochmals darauf, dass sich der Ellenbogen unterhalb Ihrer Schulter befindet.
- Der Oberkörper sollte gerade sein, führen Sie keine seitlichen Ausgleichsbewegungen durch!

FRAGE: Wie fühlt sich dabei Ihr Schultergelenk an?

- stabil, ich kann die Bewegung problemlos ausführen
- instabil, ich habe Angst oder fühle mich unwohl
- ich kann diese Bewegung nicht ausführen
Begründung : _____

I-4 a) Nehmen Sie nun wieder folgende Anfangsposition ein, wie es auf Photo G und H gezeigt wird.

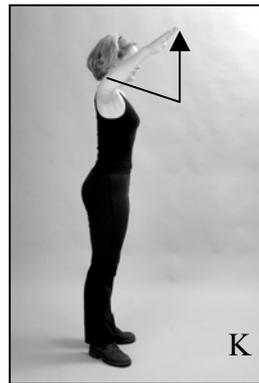


- Achten Sie darauf, dass die Handfläche nach unten zeigt.
- Der Ellenbogen sollte sich jetzt knapp **oberhalb** Ihrer Schulter befinden!!
- Winkeln Sie das Ellenbogengelenk nur soweit ab, dass zwischen Ihrem Oberarm und Unterarm ein 90°- Winkel entsteht.

FRAGE: Wie fühlt sich dabei Ihr Schultergelenk an ?

- stabil, ich kann die Bewegung problemlos ausführen
- instabil, ich habe Angst oder fühle mich unwohl
- ich kann diese Bewegung nicht ausführen
Begründung : _____

I-4 b) Bewegen Sie jetzt Ihren Unterarm nach oben, wie es auf Photo I und K gezeigt wird.

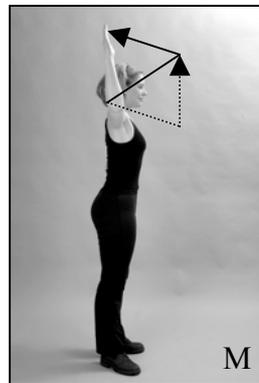


- Achten Sie weiterhin darauf, dass die Handfläche stets nach vorne zeigt.
- Der Ellenbogen sollte sich knapp **oberhalb** Ihrer Schulter befinden !!
- Winkeln Sie das Ellenbogengelenk nur soweit ab, dass zwischen Ihrem Oberarm und Unterarm ein 90°-Winkel entsteht.

FRAGE: Wie fühlt sich dabei Ihr Schultergelenk an ?

- stabil, ich kann die Bewegung problemlos ausführen
- instabil, ich habe Angst oder fühle mich unwohl
- ich kann diese Bewegung nicht ausführen
Begründung : _____

I-4 c) Bewegen Sie Ihren Unterarm nochmals ein Stück in der gleichen Bewegungsrichtung nach oben, bis Ihr Unterarm senkrecht zu Ihrem Oberarm steht (Photo L und M).



- Achten Sie weiterhin darauf, dass die Handfläche nach vorne zeigt.
- Der Ellenbogen sollte sich knapp **oberhalb** Ihrer Schulter befinden !!
- Winkeln Sie das Ellenbogengelenk nur soweit ab, dass zwischen Ihrem Oberarm und Unterarm ein 90°-Winkel entsteht.

FRAGE: Wie fühlt sich dabei Ihr Schultergelenk an ?

- stabil, ich kann die Bewegung problemlos ausführen
- instabil, ich habe Angst oder fühle mich unwohl
- ich kann diese Bewegung nicht ausführen
Begründung : _____

I-5 a) Können Sie Überkopf eine Wurfbewegung / Ausholbewegung ohne Einschränkung und ohne Instabilitätsgefühl durchführen ?

- ja, kann ich ohne Probleme
- nein, kann ich kaum / nicht

Warum nicht ? _____

I-5 b) Können Sie eine seitliche Wurfbewegung / Ausholbewegung ohne Einschränkung und ohne Instabilitätsgefühl durchführen ?

- ja, kann ich ohne Probleme
- nein, kann ich kaum / nicht

Warum nicht ? _____

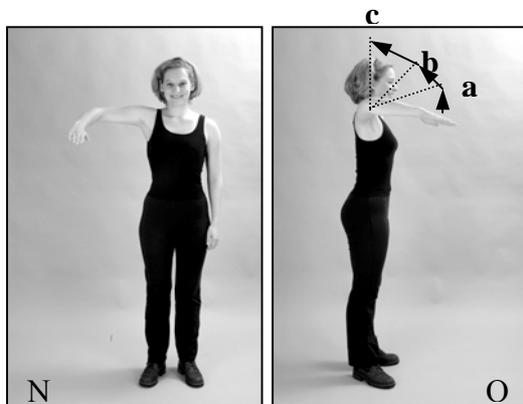
II . Beweglichkeit

Sie sehen im Anschluss nochmals einige Photoreihen.

Bitte kreuzen Sie an, welche Bewegungen Sie problemlos durchführen können!

Bitte geben Sie an, wenn Sie dabei ein Instabilitätsgefühls verspüren.

II.) PHOTOREIHE 1 (Außenrotation)



- Nehmen Sie die Grundposition ein, wie es auf Photo N gezeigt wird!
- Achten Sie darauf, dass die Handfläche stets nach unten zeigt und sich zwischen Ihrem Oberarm und Unterarm ein 90°-Winkel befindet! Bewegen Sie nun Ihren Unterarm nach oben, wie es die gestrichelten Linien (a, b, c) auf Photo O zeigen!

FRAGE: Wie weit können Sie Ihren Unterarm nach oben bewegen ohne eine starke Instabilität in Ihrem Schultergelenk zu verspüren ?

- nur Grundposition möglich
- bis Position (a)
- bis Position (b)
- bis Position (c)

II.) PHOTOREIHE 2 (Innenrotation)

- Bitte achten Sie darauf, dass Ihr Handrücken stets zum Körper zeigt.
- Führen Sie die Bewegungen mit geradem Rücken und ohne seitliche Ausgleichsbewegungen des Oberkörpers durch.



a)

- ja, ich kann diese Bewegung problemlos durchführen
- nein, ich kann diese Bewegung nicht durchführen

Haben Sie dabei ein Instabilitätsgefühl?

- ja nein



b)

- ja, ich kann diese Bewegung problemlos durchführen
- nein, ich kann diese Bewegung nicht durchführen

Haben Sie dabei ein Instabilitätsgefühl?

- ja nein



c)

- ja, ich kann diese Bewegung problemlos durchführen
- nein, ich kann diese Bewegung nicht durchführen

Haben Sie dabei ein Instabilitätsgefühl?

- ja nein

d) Können Sie sich problemlos das Hemd auf dem Rücken in die Hose stecken ?

- ja nein

e) Können Sie sich problemlos am Rücken zwischen den Schulterblättern kratzen ?

- ja nein

II.) PHOTOREIHE 3 (Elevation)

- Bitte achten Sie darauf, dass Sie die Bewegungen mit geradem Rücken, gestrecktem Arm und der Handfläche zum Boden zeigend durchführen !
- Führen Sie die Bewegung mit der Hand über dem Knie, nicht seitlich vom Körper aus!

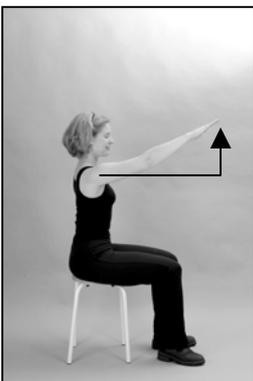


a)

- ja, ich kann diese Bewegung problemlos durchführen
- nein, ich kann diese Bewegung nicht durchführen

Haben Sie dabei ein Instabilitätsgefühl?

- ja nein

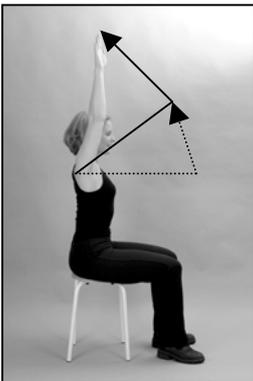


b)

- ja, ich kann diese Bewegung problemlos durchführen
- nein, ich kann diese Bewegung nicht durchführen

Haben Sie dabei ein Instabilitätsgefühl?

- ja nein



c)

- ja, ich kann diese Bewegung problemlos durchführen
- nein, ich kann diese Bewegung nicht durchführen

Haben Sie dabei ein Instabilitätsgefühl?

- ja nein

d) Können Sie ohne Probleme Arbeiten in Augenhöhe erledigen ?

- ja nein

e) Können Sie ohne Probleme ein Buch aus einem hohem Regal herausholen ?

- ja nein

III. Funktion

Bitte kreuzen Sie bei jeder Frage die jeweils am besten passende Antwortmöglichkeit an!
Lassen Sie bitte keine Frage unbeantwortet.

1

- a) Können Sie ohne Einschränkung alltägliche Dinge verrichten ?
(z.B. Haushalt, Bücher aus hohem Regal holen, o. ä.)
 ja nein

Wenn nein, was können Sie nicht ohne Einschränkung ?

- b) Bei sportlicher Betätigung: Können Sie ohne Einschränkungen Ihren Sport ausüben ?
 ja nein

Wenn nein, was können Sie nicht ohne Einschränkung ?

- c) Fühlt sich Ihre Schulter fest und stabil an, so daß Sie auch Überkopf- Arbeiten problemlos erledigen können ?
 ja nein

- 2) Fühlen Sie sich in Ihrem Alltag und während sportlicher Betätigung minimal eingeschränkt ?
 ja nein

- 3) Haben Sie das Gefühl, daß Sie vor allem bei Überkopf- Arbeiten oder beim Heben schwerer Dinge ein mäßig störendes Missempfinden in der Schulter verspüren ?
 ja nein

4

- a) Fühlen Sie sich in der Bewältigung alltäglicher Dinge aufgrund einer erheblichen Instabilität im Schultergelenk stark eingeschränkt ?
 ja nein

- b) Haben Sie Schmerzen im Schultergelenk, wenn Sie alltägliche Dinge verrichten ?
 ja nein

- c) Sind Sie in Ihrem Sport sehr stark eingeschränkt und können diesen aufgrund von Schmerzen kaum oder nicht mehr ausführen?
 ja nein

Haben Sie alle Fragen beantwortet?

Vielen Dank für die Bearbeitung!