Ankle Ligament Reconstruction-Return to Sport after Injury
ALR-RSI-Skala
(nicht validierte deutsche Version, Sigonney et al. 2020)

Name: _____ Datum: _____

Geburtsdatum: _____ Untersucher: _____

Sehr geehrte/-r Patient/-in, der folgende Fragebogen dient der Erfassung von Beschwerden und Problemen, die durch Ihr Sprunggelenk verursacht werden.

Bitte beantworten Sie folgende Fragen zu der Sportart, die Sie als Hauptsportart vor Ihrer Verletzung ausgeübt haben. Kreuzen Sie für jede Frage dasjenige Kästchen zwischen den beiden beschriebenen Extremen an, das Ihr derzeitiges Befinden wiedergibt.

1. Sind Sie zuversichtlich, dass Sie den Sport auf demselben Niveau wie vorher ausüben können?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Überhaupt nicht zuversichtlich					⇔					völlig zuversichtlich

2. Halten Sie es für wahrscheinlich, Ihr Sprunggelenk durch die Teilnahme an Ihrem Sport wieder verletzen zu können?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Sehr wahrscheinlich					⇔					völlig unwahrscheinlich

3. Macht Sie der Gedanke an die Ausübung Ihres Sports nervös?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Sehr nervös					⇔					gar nicht nervös

4. Sind Sie zuversichtlich, dass Ihr Sprunggelenk bei der Ausübung Ihres Sports nicht nachgeben wird?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Überhaupt nicht zuversichtlich					⇔					völlig zuversichtlich

5. Sind Sie zuversichtlich, dass Sie Ihren Sport ausüben können, ohne Bedenken wegen Ihres Sprunggelenks zu haben?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Überhaupt nicht zuversichtlich					⇔			völlig zuversichtlich		

6. Finden Sie es frustrierend, dass Sie in Bezug auf Ihren Sport Ihr Sprunggelenk berücksichtigen müssen?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Sehr frustrierend					⇔			Überhaupt nicht frustrierend		

7. Befürchten Sie, dass Sie Ihr Sprunggelenk bei der Ausübung Ihres Sports wieder verletzen könnten?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Habe große Sorge					⇔			Habe überhaupt keine Sorge		

8. Sind Sie zuversichtlich, dass Ihr Sprunggelenk unter Belastung standhält?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Überhaupt nicht zuversichtlich					⇔			völlig zuversichtlich		

9. Haben Sie Angst, dass Sie Ihr Sprunggelenk bei der Ausübung Ihres Sports versehentlich wieder verletzen könnten?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Habe große Angst					⇔			Habe überhaupt keine Angst		

10. Hält Sie der Gedanke daran, nochmals operiert und nachbehandelt werden zu müssen, davon ab, Ihren Sport auszuüben?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Die ganze Zeit					⇔			Zu keinem Zeitpunkt		

11. Sind Sie zuversichtlich, Ihren Sport gut ausüben zu können?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Überhaupt nicht zuversichtlich					⇔			völlig zuversichtlich		

12. Sind Sie gelassen, wenn es um die Ausübung Ihres Sports geht?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Gar nicht gelassen					⇔				völlig gelassen	

Auswertung:

- Die Werte jeder Frage werden zu einem Gesamtscore addiert mit 100 multipliziert und durch den Maximalscore dividiert: Score x 100 / 120 = Ergebnis
- Das Ergebnis im ALR-RSI ist signifikant mit der Funktion im AOFAS Score korreliert.
- Der Score ist dazu geeignet zwischen Sportler*innen mit und ohne einem erfolgreichen Return to Sport zu diskriminieren.
- Sportler*innen mit einem erfolgreichen Return to Sport erreichen im Vergleich zu Sportler*innen mit einem erfolglosen RTS höhere Werte: 68.8 (56.5–86.5) vs 45.0 (31.3–55.8).
- Ein Zusammenhang zu funktionellen Werten kann, muss aber nicht bestehen. Patienten, die in physischen Messverfahren gute bis sehr gute Werte erreichen, können daher zusätzlich mit Informationen oder verhaltenstherapeutischen Ansätzen behandelt werden.

Quellen:

Sigonney F, Lopes R, Bouche PA et al. The ankle ligament reconstruction-return to sport after injury (ALR-RSI) is a valid and reproducible scale to quantify psychological readiness before returing to sport after ankle ligament reconstruction. Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy. 2020; 28: 4003.

Shitrit E, Valentin E, Baudrier N et al. The ALR RSI score can be used to evaluate psychological readiness to return to sport after acute Achilles tendon tear. Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy. 2023; 31: 4961.

Pioger C, Guillo S, Bouche PA et al. The ALR-RSI score is a valid and reproducible scale to assess psychological readiness before returning to sport after modified Broström-Gould procedure. Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy. 2022; 30: 2470.

DIGOTOR GmbH
Fortbildungen für Orthopädische Medizin und Manuelle Therapie
Frank Diemer · Nedeljko Goreta · Volker Sutor
Austraße 30 · D-74336 Brackenheim
info@digotor.info www.digotor.info www.facebook.com/digotor.info www.instagram.com/digotor.fortbildungen