Anterior Cruciate Ligament - Return to Sport after Injury
ACL-RSI-Skala

(validierte deutsche Version, Müller et al. 2014b)

Name: _____ Datum: _____

Geburtsdatum: _____ Untersucher: _____

Sehr geehrte/-r Patient/-in, der folgende Fragebogen dient der Erfassung von Beschwerden und Problemen, die durch Ihr Kniegelenk 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 Knie 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 Knie 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 Knies 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 Knie berücksichtigen müssen?

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

7. Befürchten Sie, dass Sie Ihr Knie 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 Knie 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 Knie 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 addiert und durch die Anzahl der Fragen geteilt.
- Ein Wert unter 51% steht für Personen, die ihrem Kniegelenk noch kein Vertrauen schenken und eine signifikante Angst vor einer Retraumatisierung haben. Diese Patienten kehren seltener in den Sport zurück. Der Wert kann sich durch Training verändern und kann daher in der Verlaufskontrolle verwendet werden.
- 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.
- Zusammen mit dem Einbeinsprungtest können Patienten, die nicht in den Sport zurückkehren erkannt werden (Prädiktiv, Müller 2014a).
- Der Fragebogen hat eine prognostische Aussagekraft, d.h. Patienten mit einem höheren Wert vor einem Trainingsprogramm haben nach dem Training eine bessere Kniefunktion (White et al. 2014).

Literatur:

Müller U, Krüger-Franke M, Schmidt M et al. Predictive parameters for return to pre-injury level of sport 6 months following anterior cruciate ligament reconstruction surgery. Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy. 2014a; DOI 10.1007/s00167-014-3261-5.

Müller U, Schmidt M, Krüger-Franke M et al. Die ACL-return to sport after injury Skala als wichtiger Parameter bei der Beurteilung Rückkehr zum Sport Level 1 und Level 2 nach Rekonstruktion des vorderen Kreuzbandes (deutsche Version). Sportorthopädie-Sporttraumatologie. 2014b; 30: 135.

White K, Zeni J, Snyder-Mackler L. ACL-RSI and KOOS measures predict normal knee function after ACL-Sports Training. Orthopaedic Journal of Sport Medicine. 2014; 2: DOI: 10.1177/2325967114S00111.

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