Simple Shoulder Test (SST)

(nicht validierte deutsche Version)

Name: _____ Datum: _____

Geburtsdatum: _____ Untersucher: _____

Sehr geehrter Patient/sehr geehrte Patientin,

der folgende Fragebogen dient der Erfassung von Beschwerden und Problemen, die durch Ihr Schultergelenk verursacht werden.

Die dadurch gewonnenen Informationen werden uns helfen einzuschätzen, wie es Ihnen mit Ihrem Schultergelenk geht und wie gut Sie in der Lage sind, Ihre alltäglichen Aktivitäten zu verrichten.

Bitte beantworten Sie jede Frage mit der Antwort, die Ihren Zustand während der vergangenen Woche am besten beschreibt.

Betroffene Schulter: rechts ☐ links ☐

	Ja	Nein
1. Ist der betroffene Arm in Ruhe schmerzfrei?	❍	❍
2. Können Sie von Seiten der Schulter her problemlos schlafen?	❍	❍
3. Können Sie mit dem betroffenen Arm Ihr Hemd auf dem Rücken in die Hose stecken?	❍	❍
4. Können Sie Ihre Hände mit zur Seite gestreckten Ellenbogen auf den Hinterkopf legen?	❍	❍
5. Können Sie den gestreckten Arm auf Schulterhöhe heben?	❍	❍
6. Können Sie mit gestrecktem Arm 500g (z.B. 2 Stück Butter) auf Schulterhöhe heben?	❍	❍
7. Können Sie mit gestrecktem Arm 4kg (z.B. 4 1l-Milchpackungen) auf Schulterhöhe heben?	❍	❍
8. Können Sie seitlich am Körper mit dem betroffenen Arm 10 kg (z.B. 10 1l-Milchpackungen) tragen?	❍	❍
9. Glauben Sie, dass Sie einen Tennisball mit dem betroffenen Arm seitlich vom Körper 10m weit werfen können?	❍	❍

10. Glauben Sie, dass Sie einen Tennisball mit dem betroffenen Arm über Kopf 20m weit werfen können? ❍ ❍

11. Können Sie mit dem betroffenen Arm die Rückseite der Gegenschulter waschen? ❍ ❍

12. Sind Sie von Seiten der Schulter her im erlernten Beruf voll arbeitsfähig? ❍ ❍

Auswertung:

- Die einzelnen Fragen werden mit „Ja“ oder „Nein“ beantwortet. Je mehr Fragen mit „Nein“ beantwortet werden, desto größer ist die Symptomatik und/oder die Funktionseinschränkung.

- Für die Auswertung werden die mit „Ja“ beantworteten Fragen durch die Gesamtanzahl der Fragen dividiert und mit 100% multipliziert. Ein höherer Prozentwert ist daher ein Indikator für eine bessere Schulterfunktion (Angst et al. 2011).

- Der SST wird am häufigsten bei Patienten mit Rotatorenmanschettenpathologien verwendet. Darüber hinaus ist er ein valides Messinstrument bei Arthrosepatienten oder auch nach der Implantation einer Totalendoprothese (Hsu et al. 2017).

- Die Inter-Tester Reliabilität ist mit einem ICC von 0,97-0,99 als sehr gut zu bezeichnen (Angst et al. 2011).

- Die minimal messbare Veränderung (MDC 95%) beträgt 32,3% (Angst et al. 2011).

- Die minimal klinisch relevante Veränderung beträgt 17,1-25% (Angst et al. 2011), bzw. 20% (Tashjian et al. 2016)

- Die beschriebene deutsche Version ist eine nicht validierte, in vielen Promotionsarbeiten verwendete, Version (z.B. Seppel 2013).

Quellen:

Angst F, Schwyzer HK, Aeschlimann A et al. Measures of shoulder function. Arthritis Care&Research. 2011; 63: 174.

Hsu JE, Russ SM, Somerson JS et al. Is the simple shoulder test a valid outcome instrument für shoulder arthroplasty. Journal of Shoulder and Elbow Surgery. 2017; 26: 1693.

Seppel G. Klinische und radiologische Ergebnisse nach arthroskopischer und offener Rekonstruktion von isolierten Subscapularissehnen-Rupturen. Promotion TU München; 18.09.2013.

Tashjian RZ, Hung M, Keener JD et al. Determining the minimal clinically important difference for the American Shoulder and Elbow Surgeons score, Simple Shoulder Test, and visual analog scale measuring pain after shoulder arthroplasty. Journal of Shoulder and Elbow Surgery. 2016; 26: 144.

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