DIGOTOR

Tegner Activity Scale (TAS)

validierte deutsche Version (Wirth 2013)

Name: _____ Datum: _____

Geburtsdatum: _____ Untersucher: _____

Mit den nachfolgenden Fragen möchten wir untersuchen, wie gut Ihre alltags- und sportartspezifische Funktion ist.

Bitte lesen Sie die nachfolgende Aufstellung durch. Beurteilen Sie Ihren Aktivitätsstatus und kreuzen Sie die betreffende Spalte an.

Aktivitätsgrad	Tätigkeit	Wertung
Wettkampfsport – auf nationalem und internationalem Niveau	• Fußball, Ski alpin (auf nationalem oder internationalem Niveau)	10
Wettkampfsport	• Eishockey, Ringen, Turnen, Fußball, Ski alpin (auf regionalem Niveau)	9
Wettkampfsport	• Snowboard, Badminton, Squash, Leichtathletik (Sprungdisziplinen)	8
Wettkampfsport zz Freizeitsport	• Tennis, Leichtathletik, (Lauf- und Wurfdisziplinen), Geräteturnen, Handball, Basketball, Orientierungslauf, Crosslauf • Eishockey, Fußball, Ski alpin	7
Freizeitsport	• Badminton, Tennis, Squash, Basketball, Handball, Volleyball, Orientierungslauf, Crosslauf, Snowboard, Aerobic (high impact), Joggen (mindestens 5x die Woche)	6
Wettkampfsport Freizeitsport Arbeit	• Radfahren, Skilanglauf, Eiskunstlauf • Turnen, Gymnastik, In-line-skating, Klettern, Bergsteigen, Skitouren, Schneeschuhlaufen, Joggen auf unebenem Boden (mindestens. 2x die Woche) • Schwere körperliche Arbeit (Bauarbeit, Waldarbeit)	5
Freizeitsport Arbeit	• Skilanglauf, Radfahren, Tanzen, Aerobic (low impact), Bergwandern (abwärts), Joggen auf ebenem Boden (mind. 2x die Woche) • Mittelschwere körperliche Arbeit (schwere Hausarbeit)	4

Wettkampf- und Freizeitsport Arbeit Gehen	• Schwimmen, Wandern, Walking, Kegeln, Bowling • Leichte körperliche Arbeit • Querfeldein ist möglich	3
Arbeit Gehen	• Vorwiegend sitzende Tätigkeit • Auf unebenem Boden möglich	2
Arbeit Gehen	• Sitzende Tätigkeit • Nur auf ebenem Boden möglich	1
Arbeit Gehen	• Arbeitsunfähig oder berentet aufgrund von Knieproblemen • Nur eingeschränkt möglich	0

Auswertung:

- Ein hohe Wertung spricht für einen sehr aktiven Lebensstil.
- Die Skala eignet sich zur Verlaufskontrolle, insbesondere um den prä- und postoperativen Status oder die Wirksamkeit von anderen Behandlungsmöglichkeiten zu vergleichen.
- Die minimal klinisch relevante Veränderung beträgt 1,4 Punkte (Wirth et al. 2013).

Quellen:

Tegner Y, Lysholm J. Rating systems in the evaluation of knee ligament injuries. Clinical Orthopaedics. 1985; 198: 43-49.

Wirth B, Meier N, Koch PP et al. Entwicklung und Evaluation einer deutschen Version der Tegner Aktivitätsskala zur Erfassung der Funktion nach einer Verletzung des vorderen Kreuzbandes. Sportverletzung & Sportschaden. 2013; 27: 21.

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