DIGOTOR

Victorian Institute of Sport Assessment – Achilles
VISA-A Score

validierte deutsche Version (Lohrer et al. 2011)

Name: _____ Datum: _____

Geburtsdatum: _____ Untersucher: _____

Sehr geehrter Patient, der folgende Fragebogen dient der Erfassung von Beschwerden und Problemen, die durch Ihre Achillessehne verursacht werden.

Kreuzen Sie für jede Frage dasjenige Kästchen an, das Ihr derzeitiges Befinden wiedergibt.

1. Für wie viele Minuten verspüren Sie nach dem ersten Aufstehen ein Steifigkeitsgefühl in der Achillessehnenregion?

Minuten	100	90	80	70	60	50	40	30	20	10	0
Punkte	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

2. Nachdem Sie für den Tag aufgewärmt sind, haben Sie Schmerzen, wenn Sie die Achillessehne über der Kante einer Treppe dehnen (Knie gestreckt halten)?

Punkte	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Schmerz	**Starker heftiger Schmerz**				⇔				**Kein Schmerz**		

3. Nachdem Sie 30 Minuten auf unebenem Untergrund gegangen sind, haben Sie in den darauffolgenden 2 Stunden Schmerzen? (Wenn Sie wegen Schmerzen nicht auf unebenem Untergrund 30 Minuten gehen können, kreuzen Sie bei dieser Frage 0 an).

Punkte	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Schmerz	**Starker heftiger Schmerz**				⇔				**Kein Schmerz**		

4. Haben Sie Schmerzen, wenn Sie mit normaler Geschwindigkeit die Treppe heruntergehen?

Punkte	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Schmerz	**Starker heftiger Schmerz**				⇔				**Kein Schmerz**		

5. Haben Sie Schmerzen, während oder unmittelbar nachdem Sie 10 (einbeinige) Zehenstände auf einer flachen Unterlage ausgeführt haben?

Punkte	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Schmerz	**Starker heftiger Schmerz**				⇔				**Kein Schmerz**		

6. Wie oft können Sie ohne Schmerzen auf einem Bein hüpfen?

Sprünge	0x	1x	2x	3x	4x	5x	6x	7x	8x	9x	10x
Punkte	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

7. Üben Sie derzeit Sport oder andere körperliche Aktivitäten aus?

X	**Einschätzung**	**Punkte**
	Nein, gar nicht; wegen der Achillessehnensymptome	**0**
	Verändertes Trainings und/oder Wettkampfverhalten, verglichen mit dem Zustand vor Beginn der Symptome	**4**
	Volle Trainings und/oder Wettkampfbelastung, aber nicht auf dem gleichen Niveau wie vor Beginn der Symptome	**7**
	Voll belastbar oder Traininigs- und/oder Wettkampfbelastung auf dem gleichen oder auf höherem Niveau als vor Beginn der Symptome	**10**

8. Bitte beantworten Sie entweder A, B oder C dieser Frage.

- Wenn Sie bei der Durchführung achillessehnenbelastender Sportarten keine Schmerzen empfinden, füllen Sie bitte nur Frage 8a aus.

- Wenn Sie bei der Durchführung achillessehnenbelastender Sportarten Schmerzen empfinden, die Sie aber nicht zum Belastungsabbruch der Aktivität zwingen, füllen Sie bitte nur Frage 8b aus.

- Wenn Sie bei der Durchführung achillessehnenbelastender Sportarten Schmerzen empfinden, die Sie zum Abbruch der Aktivität zwingen, füllen Sie bitte nur Frage 8c aus.

8a. Wie lange können Sie trainieren/üben, wenn Sie bei der Durchführung achillessehnenbelastender Sportarten keine Schmerzen empfinden?

Minuten	0	1-10	11-20	21-30	>30
Punkte	0	7	14	21	30

8b. Wie lange können Sie trainieren/üben, wenn Sie bei der Durchführung achillessehnenbelastender Sportarten Schmerzen empfinden, die Sie aber nicht zum Belastungsabbruch der Aktivität zwingen?

Minuten	0	1-10	11-20	21-30	>30
Punkte	0	4	10	14	20

8c. Wie lange können Sie trainieren/üben, wenn Sie bei der Durchführung achillessehnenbelastender Sportarten Schmerzen empfinden, die Sie zum Abbruch der Aktivität zwingen?

Minuten	0	1-10	11-20	21-30	>30
Punkte	0	2	5	7	10

Gesamtscore (x/100)	

Auswertung:

- Die Werte jeder Frage werden addiert und in Relation zur Gesamtpunktzahl dargestellt (x/100). In der Regel wird der Wert dann in % umgewandelt.
- Der Fragebogen zeigt eine moderate bis sehr gute Reliabilität (ICC: 0,6-0,97). Er korreliert mit anderen Bewertungsskalen von Curwin und Stanish und Percy und Conochie (Lohrer et al. 2011). Der Wert kann sich durch Training verändern und kann daher in der Verlaufskontrolle verwendet werden (Silbernagel et al. 2007).
- Die minimal klinisch relevante Veränderung beträgt mindestens 12 Punkte (Sterkenburg 2012).

Benutzung/Vervielfältigung:

- Der Fragebogen ist in der Online-Version des BMC Musculoskeletal Disorders erschienen (http://www.biomedcentral.com/1471- 2474/10/134). Die Lizenzbedingungen sind unter folgendem Link aufgeführt: http://creativecommons.org/licenses/by/2.0/

Quellen:

Lohrer H, Nauck T. cross-cultural adaption and validation of the VISA-A questinonnaire for German-speaking achilles tendinopathy patients. BMC Musculoskeletal Disorders. 2009; 10: 134.

Robinson JM, Cook JL, Purdam C et al. The VISA-A questionnaire: a valid and reliable index of the clinical severity of Achilles tendinopathy. British Journal of Sports Medicine. 2001; 35: 335.

Silbernagel KG, Thomeé R, Bengt LR et al. Continued Sports Activity, Using a Pain-Monitoring Model, During Rehabilitation in Patients With Achilles Tendinopathy. American Journal of Sports Medicine. 2007; 35: 897.

Van Sterkenburg MN. Achilles tendinopathy: new insights in cause of pain, diagnosis and management. Ph D-Thesis 2012. AMC-UvA. Amsterdam.

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