Victorian Institute of Sport Assessment – VISA-G Score

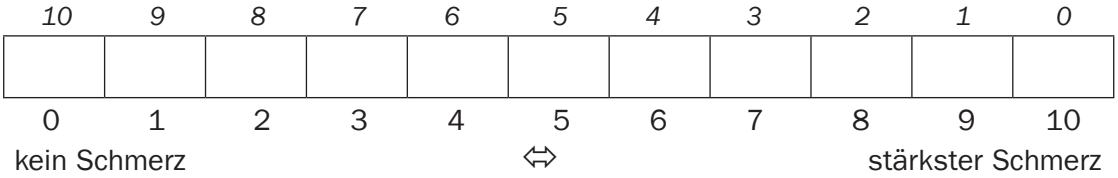
(nicht validierte deutsche Version/eigene Übersetzung))

Name: _____ Datum: _____

Geburtsdatum: _____ Untersucher: _____

Bitte kreuzen Sie bei jeder Frage nur ein Kästchen an. Wählen Sie das Kästchen, das am besten auf Sie zutrifft, auch wenn die Aussage nicht ganz perfekt passt. Alle Fragen beziehen sich auf Ihre Hüftschmerzen.

Frage 1: Wie stark sind Ihre Hüftschmerzen üblicherweise?



Frage 2: Wie lange können Sie auf Ihrer betroffenen Hüfte liegen?

10 ☐ Länger als eine 1h.
7 ☐ 30 min - 1h, dann muss ich mich bewegen.
5 ☐ 15 – 30 min, dann muss ich mich bewegen.
2 ☐ 5 –15 min, dann muss ich mich bewegen.
0 ☐ Ich kann überhaupt nicht auf der betroffenen Seite liegen.

Frage 3: Wie gehen Sie eine Treppe nach oben oder unten?

10 ☐ Ich kann eine Treppe normal gehen, ohne Hüftschmerzen.
7 ☐ Ich kann eine Treppe normal gehen, habe aber etwas Hüftschmerzen dabei.
5 ☐ Ich kann eine Treppe normal gehen, halte mich aber aufgrund meiner Hüftschmerzen an einem Geländer fest.
2 ☐ Ich gehe eine Treppe, indem ich eine Stufe nach der anderen nehme und mich aufgrund meiner Hüftschmerzen an einem Geländer festhalte.
0 ☐ Ich kann aufgrund meiner Hüftschmerzen überhaupt keine Treppen gehen.

Frage 4: Wie gehen Sie eine Rampe oder einen Hang hinauf oder hinunter?

10 ☐ Ich kann einen Hang/eine Rampe ohne Hüftschmerzen normal hinauf oder hinunter gehen.
7 ☐ Ich kann einen Hang/eine Rampe normal hinauf oder hinunter gehen, habe aber leichte Hüftschmerzen dabei.
5 ☐ Ich habe aufgrund meiner Hüftschmerzen einige Schwierigkeiten, einen Hang/eine Rampe hinauf oder hinunter zu gehen.
2 ☐ Ich habe aufgrund meiner Hüftschmerzen erhebliche Schwierigkeiten, einen Hang/eine Rampe hinauf oder hinunter zu gehen.
0 ☐ Ich kann aufgrund meiner Hüftschmerzen keinen Hang/keine Rampe hinauf- oder hinunter gehen.

Frage 5: Wie ist der Übergang zum Stehen und Gehen, nachdem Sie 30 Minuten gesessen sind?

10 ☐ Kein Problem.
7 ☐ Die ersten Schritte sind schwierig.
5 ☐ Ich muss einen Moment stehen bleiben, bevor ich losgehen kann.
2 ☐ Ich muss weniger als 20 Sekunden stehen bleiben, bevor ich losgehen kann.
0 ☐ Ich muss mehr als 20 Sekunden stehen bleiben, bevor ich losgehen kann.

Frage 6: Wie ergeht es Ihnen bei der Haus- und/oder Gartenarbeit (oder einer ähnlichen Aktivität)?

10 ☐ Ich kann in meinem Haus und/oder Garten für eine Stunde oder länger arbeiten.
7 ☐ Aufgrund meiner Hüftschmerzen kann ich in Zeitabschnitten von je 30-60 Minuten in meinem Haus und/oder Garten arbeiten.
5 ☐ Aufgrund meiner Hüftschmerzen arbeite ich nur sehr eingeschränkt in Haus und Garten.
2 ☐ Aufgrund meiner Hüftschmerzen arbeite ich nur eingeschränkt in meinem Haus, arbeite aber nicht im Garten.
0 ☐ Aufgrund meiner Hüftschmerzen arbeite ich weder im Haus noch im Garten.

Frage 7: Führen Sie derzeit regelmäßig körperliche oder sportliche Aktivitäten aus?

10 ☐ Ja - ich kann wie früher trainieren oder Sport treiben.
7 ☐ Etwas weniger als früher.
4 ☐ Deutlich weniger als früher.
0 ☐ Nein - ich kann nicht trainieren oder Sport treiben, ich möchte nicht oder ich habe keine Zeit.

Frage 8 hat 3 Abschnitte. Bitte beantworten Sie NUR Abschnitt A, B oder C.

Beeinflusst Ihr aktueller Hüftschmerz Ihre Fähigkeit, Aktivitäten, bei denen Sie auf den Füßen sind, auszuführen (z.B. Gehen, Einkaufen, Joggen, Kniebeugen, Ausfallschritte)?

<u>Abschnitt A</u>: Meine Hüftschmerzen sind so stark, dass sie mich vom Gehen, Einkaufen, Joggen oder anderen Aktivitäten, bei denen ich auf den Füßen bin, abhalten.
Falls dies der Fall ist, wieviel von diesen Aktivitäten machen Sie jeden Tag?

0 ☐ Ich mache keine zusätzlichen Aktivitäten, bei denen ich auf den Füßen bin - ich bewege mich nur im Haus.
2 ☐ Ich mache weniger als 10 Minuten.
5 ☐ Ich mache zwischen 10 und 19 Minuten.
7 ☐ Ich mache zwischen 20 und 29 Minuten.
10 ☐ Ich mache mehr als 30 Minuten.

<u>Abschnitt B:</u> Meine Hüftschmerzen sind bei körperlichen Aktivitäten vorhanden, aber sie halten mich nicht vom Gehen, Einkaufen, Joggen oder anderen Aktivitäten, bei denen ich auf den Füßen bin, ab.
Falls dies der Fall ist, wieviel von diesen Aktivitäten machen Sie jeden Tag?

0 ☐ Ich mache keine zusätzlichen Aktivitäten, bei denen ich auf den Füßen bin - ich bewege mich nur im Haus.
5 ☐ Ich mache weniger als 10 Minuten.
10 ☐ Ich mache zwischen 10 und 19 Minuten.
15 ☐ Ich mache zwischen 20 und 29 Minuten.
20 ☐ Ich mache mehr als 30 Minuten.

<u>Abschnitt C:</u> Wenn Sie keine Schmerzen beim Gehen, Einkaufen, Joggen oder anderen Aktivitäten, bei denen Sie auf den Füßen sind, haben, wieviel von diesen Aktivitäten machen Sie jeden Tag?

6 ☐ Ich mache keine zusätzlichen Aktivitäten, bei denen ich auf den Füßen bin - ich bewege mich nur im Haus.
12 ☐ Ich mache weniger als 10 Minuten.
18 ☐ Ich mache zwischen 10 und 19 Minuten.
24 ☐ Ich mache zwischen 20 und 29 Minuten.
30 ☐ Ich mache mehr als 30 Minuten.

TOTAL SCORE= /100

Auswertung:

Ein höherer Score zeigt weniger Schmerz und eine bessere Funktion an.

Die Intra-Tester Reliabilität beträgt 0,827 und ist somit als gut bis sehr gut zu betrachten.

Der Retest sollte nach ca. 6 Wochen erfolgen (Fearon et al. 2015).

Quelle:

Fearon AM, Ganderton C, Scarvell JM. Development and validation of a VISA tendinopathy questionnaire for greater trochanteric pain syndrome, the VISA-G. Man Ther. 2015 Dec; 20(6): 805-13. doi: 10.1016/j.math.2015.03.009. Epub 2015 Apr 2.

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