

# Keele STarT selkäkysely

Tutkittavan nimi: \_\_\_\_\_

Päiväys: \_\_\_\_\_

Ajattele **viimeksi kulunutta 2 viikkoa** vastatessasi seuraaviin kysymyksiin:

		<b>Eri mieltä</b> 0	<b>Samaa mieltä</b> 1
1	Selkäkipuni on <b>säteilyt alaraajaani (-raajoihini)</b> jossakin vaiheessa viimeksi kuluneen 2 viikon aikana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Minulla on ollut <b>niska-</b> tai <b>hartiakipua</b> jossakin vaiheessa viimeksi kuluneen 2 viikon aikana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Olen <b>kävellyt ainoastaan lyhyitä matkoja</b> selkäkipuni vuoksi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Viimeksi kuluneen 2 viikon aikana <b>pukeutumiseni on ollut tavallista hitaampaa</b> selkävun vuoksi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Tällaisessa kunnossa olevan henkilön ei ole oikeastaan turvallista olla fyysisesti aktiivinen (harrastaa liikuntaa, työskennellä)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Olen ollut usein <b>huolestunut tilanteistani</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Minusta tuntuu, että <b>selkäkipuni on erittäin vaikea</b> eikä <b>se tule koskaan paremmaksi</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Yleisesti ottaen <b>en ole nauttinut</b> kaikista niistä asioista, joista ennen nautin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. Kuinka **haittaavaa** selkäkipusi on ollut **viimeksi kuluneen 2 viikon** aikana?

Ei lainkaan

0

Hieman

0

Kohtalaisesti

0

Paljon

1

Erittäin paljon

1

**Kokonaispisteet (kaikki 9):** \_\_\_\_\_ **Osapisteet (kysymykset 5-9):** \_\_\_\_\_