

Algofunctional index artrose heup/knie

Naam:

Geb. datum:

Datum:

Totaalscore: _____

Pijn of onbehagen

Tijdens nachtelijke bedrust:

- niet of niet significant 0
- alleen bij bewegen of in een bepaalde houding 1
- in rust 2

Ochtendstijfheid

- 1 minuut of minder 0
- meer dan 1 minuut maar minder dan 15 minuten 1
- 15 minuten of meer 2

Na 30 minuten staan

0 – 1

Met lopen

- niet 0
- alleen na lopen van enige afstand 1
- snel na starten van het lopen en toenemend na enige tijd lopen 2
- na starten van het lopen, niet toenemend 1

Na lange tijd zitten (2 uur)

0 – 1

Maximale loopafstand

- Onbeperkt 0
- Meer dan 1 km, maar beperkt 1
- Ongeveer 1 km (in ongeveer 15 minuten) 2
- Tussen 500-900 meter (in ongeveer 8-15 minuten) 3
- Tussen 300-500 meter 4
- Tussen 100-300 meter 5
- Minder dan 100 meter 6

Lopen met één stok of elleboogskruk

1

Lopen met twee stokken,
twee elleboogskrukken of rollator

2

Activiteiten dagelijkse leven

- Sokken aantrekken door vooroverbuigen 0 – 1 – 2
- Een voorwerp oppakken van de vloer 0 – 1 – 2
- Een normale trap op- en aflopen 0 – 1 – 2
- In- en uit de auto kunnen stappen 0 – 1 – 2

Waardering:

0: zonder problemen, 0,5: met enige problemen, 1: met matige problemen, 1,5: met veel problemen, 2: niet in staat