

Tamamlanma tarihi (gg/aa/yyyy): ____/____/____

Araştırma ekibi tarafından tamamlanacak
Çalışma no:

Durum: İlk Değ. Post-op Ay:-----

YSDL Yürüyüş Sonuçları Değerlendirme Listesi Çocuk VERSİYONU

1. Yürüyüşünüz ve hareketliliğiniz hakkında bilgi edinmek istiyoruz.
2. Lütfen tüm soruları size en uygun rakamı daire içine alarak cevaplayınız.
3. Anketin sonuna, sizin için önemli olan daha fazla maddeyi ekleyebilirsiniz.

Örnek

A) Günlük Yaşam Aktiviteleri ve Bağımsızlık								YARDIM SEVİYESİ				Gelişmek için hedefiniz bu mu?		
Aşağıdaki aktivitelerin her birini genellikle nasıl gerçekleştirdiğinizi düşünün. 1) Son 4 hafta içinde bu aktivitelerin her birini gerçekleştirmenin sizin için ne kadar kolay veya zor olduğunu değerlendirin, 2) Bu aktiviteleri gerçekleştirmek için ne kadar yardıma ihtiyacınız olduğunu seçin, 3) Aşağıdaki aktivitelerin her birinde gelişme göstermek için bir hedefin size göre ne kadar önemli olduğunu seçin.								TAMAMEN	ORTA	EN AZ DESTEKLE VEYA DENETİMLİ	BAĞIMSIZ	HEDEF DEĞİL	KISMEN ÖNEMLİ	ÇOK ÖNEMLİ
Son 4 hafta boyunca:	Son Derece Zor/ İmkânsız	Çok Zor	Zor	Biraz Zor	Kolay	Çok kolay	Hiç Problem Değil	0	1	2	3	0	1	2
1. Yatağa girmek ve yataktan kalkmak	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	0	1	2

Yukarıdaki örnekte, **yatağa girmek ve yataktan kalkmak çok kolay, orta düzeyde** yardım gerektiren bir aktivitedir ve bu aktiviteyi geliştirmek **çok önemli** bir hedeftir, şeklinde değerlendirilmiştir.

A) Günlük Yaşam Aktiviteleri ve Bağımsızlık

YARDIM SEVİYESİ

Gelişmek için hedefiniz bu mu?

Aşağıdaki aktivitelerin her birini **genellikle** nasıl gerçekleştirdiğinizi düşünün.

- 1) **Son 4 hafta içinde** bu aktivitelerin her birini gerçekleştirmenin sizin için ne kadar **kolay veya zor** olduğunu değerlendirin,
- 2) Bu aktiviteleri gerçekleştirmek için ne kadar **yardıma** ihtiyacınız olduğunu seçin,
- 3) Aşağıdaki aktivitelerin her birinde gelişme göstermek için bir hedefin size göre **ne kadar** önemli olduğunu seçin.

Son 4 hafta boyunca:	Son Derece Zor/ İmkânsız	Çok Zor	Zor	Biraz Zor	Kolay	Çok kolay	Hiç Problem Değil	TAMAMEN	ORTA	EN AZ DESTEKLE VEYA DENETİMLE	BAĞIMSIZ	HEDEF DEĞİL	KİSMEN ÖNEMLİ	ÇOK ÖNEMLİ
1. Yatağa girmek ve yataktan kalkmak	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	0	1	2
2. Bir sandalyeye (veya tekerlekli sandalye) oturup kalkmak	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	0	1	2
3. Bir lavabo veya tezgâh önünde ayakta durmak	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	0	1	2
4. Kendi kendine yıkanmak/banyo yapmak (örn. duş almak veya küvette banyo yapmak)	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	0	1	2
5. Kıyafetini giymek	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	0	1	2
6. Yürürken bir nesneyi taşımak (örn. oyuncak, kitap veya cep telefonu)	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	0	1	2
7. Kapıyı açmak	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	0	1	2
8. Yerden bir nesneyi almak	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	0	1	2

9. Araca binmek ve araçtan inmek (örn. araba, minibüs, otobüs)	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	0	1	2
A1. Diğer aktivite: _____	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	0	1	2

GOAL

B) Yürüme Fonksiyonu ve Hareketlilik								YÜRÜME YARDIMCISI İHTİYACI					Gelişmek için hedefiniz bu mu?		
<p>Aşağıdaki aktivitelerin her birini genellikle nasıl gerçekleştirdiğinizi düşünün.</p> <p>1) Son 4 hafta içinde bu aktivitelerin her birini gerçekleştirmenin sizin için ne kadar kolay veya zor olduğunu değerlendirin,</p> <p>2) Bu aktiviteleri gerçekleştirmek için hangi yürüme yardımcısına ihtiyacınız olduğunu seçin seçin,</p> <p>3) Aşağıdaki aktivitelerin her birinde gelişme göstermek için bir hedefin size göre ne kadar önemli olduğunu seçin.</p>								TEKERLEKLİ SANDALYE	YÜRÜTECİ	İKİ BASTON/KOLTUK DEĞNEĞİ	BİR BASTON VEYA EL DESTEKLİ KOLTUK DEĞNEĞİ	BAĞIMSIZ	HEDEF DEĞİL	KISMEN ÖNEMLİ	ÇOK ÖNEMLİ
Son 4 hafta boyunca:	Son Derece Zor/ İmkânsız	Çok Zor	Zor	Biraz Zor	Kolay	Çok kolay	Hiç Problem Değil								
10. 250 metreden fazla yürüyüş (yaklaşık 2 sokak ilerisi veya 2 futbol sahası büyüklüğü)	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	0	1	2
11. Okulda dolaşmak(içeride)	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	0	1	2
12. Evde dolaşmak	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	0	1	2
13. 15 dakikadan fazla yürüyüş	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	0	1	2
14. Başkalarına yetişmek için normalden daha hızlı yürüme	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	0	1	2
15. Engellerden kaçınmak veya etrafından dolaşmak	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	0	1	2
16. Merdivenleri çıkmak ve merdivenlerden inmek	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	0	1	2
17. Yokuş yukarı çıkmak ve yokuş aşağı inmek	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	0	1	2
18. Düz olmayan zeminde yürüyüş (sert, kayalık, kumlu)	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	0	1	2

19. Kaygan
yüzeylerde
yürüyüş (ıslak
veya buzlu)

0

1

2

3

4

5

6

0

1

2

3

4

0

1

2

GOAL

C) Ağrı / Rahatsızlık / Yorgunluk							YOĞUNLUK				Gelişmek için hedefiniz bu mu?		
Aşağıdaki öğelerin her birini düşünün. 1) Son 4 hafta içinde ne sıklıkta ağrı, rahatsızlık veya yorgunluk hissettiğinizi değerlendirin; 2) Ağrı veya rahatsızlığın ne kadar şiddetli olduğunu seçin; 3) Aşağıdaki aktivitelerden her birinde, ağrınızı, rahatsızlığınızı veya yorgunluğunuzu azaltmanın sizin için ne kadar önemli bir hedef olduğunu seçin.							ŞİDDETLİ	ORTA	HAFİF	HIÇ	HEDEF DEĞİL	KISMEN ÖNEMLİ	ÇOK ÖNEMLİ
Son 4 hafta boyunca:	Her gün	Çok sık (neredeyse her gün)	Oldukça sık (haftada 2 ile 3 kere)	Birkaç kez (haftada bir kere)	Bir veya iki kere	Hiçbir zaman							
20. Ayak veya ayak bileklerinde ağrı veya rahatsızlık	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	0	1	2
21. Alt bacaklarda ağrı veya rahatsızlık (örn. baldır veya kaval kemiği)	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	0	1	2
22. Dizlerde ağrı veya rahatsızlık	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	0	1	2
23. Uyluk veya kalçada ağrı veya rahatsızlık	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	0	1	2
24. Sırtta ağrı veya rahatsızlık	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	0	1	2
25. Yürürken yorgun hissetmek	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	0	1	2
26. Genellikle hoşlandığınız başka fiziksel aktiviteler sırasında yorgun hissetmek (örn. yüzmeye, koşmaya, at binmeye veya başka spor)	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	0	1	2
C1. Diğer ağrı:	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	0	1	2

D) Fiziksel Aktiviteler, Oyunlar ve Boş Zaman Etkinlikleri									Gelişmek için hedefiniz bu mu?		
Aşağıdaki aktivitelerin her birini genellikle nasıl gerçekleştirdiğinizi düşünün. 1) Geçen yıl içinde bu faaliyetlerin her birini yerine getirmesinin sizin için ne kadar kolay veya zor olduğunu değerlendirin; 2) Aşağıdaki aktivitelerin her birinde, gelişme göstermenin sizin için ne kadar önemli bir hedef olduğunu seçin.									HEDEF DEĞİL	KISMEN ÖNEMLİ	ÇOK ÖNEMLİ
Geçen yıl boyunca:	Son Derece Zor/ İmkânsız	Çok zor	Zor	Biraz Zor	Kolay	Çok Kolay	Hiç problem değil	Geçen yıl bu aktiviteyi yapma şansım olmadı			
27. Koşu	0	1	2	3	4	5	6	<input type="checkbox"/>	0	1	2
28. Kayma sporlarına katılmak (örn. buz pateni, patenle kayma, kayak yapma, kızak/kar kayağı yapma)	0	1	2	3	4	5	6	<input type="checkbox"/>	0	1	2
29. İki ya da üç tekerlekli bisiklet sürmek (eğitim tekerleği olsun ya da olmasın)	0	1	2	3	4	5	6	<input type="checkbox"/>	0	1	2
30. Yüzme	0	1	2	3	4	5	6	<input type="checkbox"/>	0	1	2
31. Koşu gerektiren sporlara katılmak (örn. futbol, beyzbol, sürat pateni)	0	1	2	3	4	5	6	<input type="checkbox"/>	0	1	2
32. Zıplama gerektiren sporlara katılmak (örn. basketbol, voleybol)	0	1	2	3	4	5	6	<input type="checkbox"/>	0	1	2
33. Denge gerektiren aktivitelere katılmak (örn. dans, jimnastik, dövüş sanatları)	0	1	2	3	4	5	6	<input type="checkbox"/>	0	1	2
34. Tırmanma (örn. merdiven veya çocuk parkı ekipmanları)	0	1	2	3	4	5	6	<input type="checkbox"/>	0	1	2

D1. Diğer boş zaman veya spor aktiviteleri	0	1	2	3	4	5	6		0	1	2
--	---	---	---	---	---	---	---	--	---	---	---

GOAL

E) Yürüyüş paterni ve Görünümü								Gelişmek için hedefiniz bu mu?		
<p>Genelde nasıl yürüdüğünüzü düşünün.</p> <p>1) Son 4 hafta içinde aşağıdakilerden her birinde ne kadar sorun yaşadığınızı değerlendirin;</p> <p>2) Aşağıdakilerin her birinde gelişme göstermenin sizin için ne kadar önemli bir hedef olduğunu seçin.</p>								HEDEF DEĞİL	KISMEN ÖNEMLİ	ÇOK ÖNEMLİ
Son 4 hafta boyunca:	Son Derece Zor/ İmkânsız	Çok zor	Zor	Biraz Zor	Kolay	Çok Kolay	Hiç problem değil			
35. Ayaklarım zeminde düz olacak şekilde yürümek	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2
36. Daha düzgün veya daha dik yürüyüş (dizleri daha az bükülmüş veya daha az çömelmiş)	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2
37. Ayaklarım dümdüz ileriye gösterecek şekilde yürümek	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2
38. Ayaklarımı sürümeden yürümek	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2
39. Tökezlemeden ve düşmeden yürümek	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2
40. İstedğim ayakkabıyı giyme (örn. ayakkabı, bot, sandalet)	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2
E1. Yürüyüşünüzün diğer yönleri	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2

F) Atel veya Yardımcı Cihazların Kullanımı						KULLANIMI AZALTMAK / BIRAKMAK, HEDEFİNİZ BU MI?				
Aşağıdaki öğelerin her birini düşünün. 1) Son 4 hafta içinde aşağıdakilerin her birini kullanma konusunda ne hissettiğinizi değerlendirin; 2) Bu cihazların kullanımını azaltmanın veya ortadan kaldırmanın sizin için ne kadar önemli bir hedef olduğunu seçin.						HEDEF DEĞİL	KISMEN ÖNEMLİ	ÇOK ÖNEMLİ		
Son 4 hafta boyunca:	Çok Mutsuz	Mutsuz	Ne Mutlu Ne Mutsuz	Mutlu	Çok Mutlu					
41. Atel veya ortez giyme (örn. AFO)	0	1	2	3	4	0	1	2	<input type="checkbox"/>	Atel, germe aparatları ve ortez kullanmam reçete edilmedi.
									<input type="checkbox"/>	Reçete edilen atel, germe aparatları veya ortezleri kullanmamayı tercih ediyorum.
42. Yürüme yardımcısı kullanma (örn. yürüteç, değnek, baston, koltuk değneği)	0	1	2	3	4	0	1	2	<input type="checkbox"/>	Yürüme yardımcısı kullanmıyorum.
43. Tekerlekli sandalye kullanma	0	1	2	3	4	0	1	2	<input type="checkbox"/>	Tekerlekli sandalye kullanmıyorum.

G) Vücut İmaji ve Kendine Saygı						Gelişmek için hedefiniz bu mu?				
Aşağıdaki öğelerin her birini düşünün 1) Son 4 hafta içinde aşağıdakilerin her biri hakkında nasıl hissettiğinizi değerlendirin; 2) Aşağıdakilerin her birinde gelişme göstermenin sizin için ne kadar önemli bir hedef olduğunu seçin.						HEDEF DEĞİL	KISMEN ÖNEMLİ	ÇOK ÖNEMLİ		
Son 4 hafta boyunca:	Çok Mutsuz	Mutsuz	Nu Mutlu Ne Mutsuz	Mutlu	Çok Mutlu					
44. Bacaklarımın şekli ve pozisyonu	0	1	2	3	4	0	1	2		
45. Ayaklarımın şekli ve pozisyonu	0	1	2	3	4	0	1	2		
46. Bacaklarımın simetrisi (uzunluk ve büyüklük)	0	1	2	3	4	0	1	2		

47. Başkalarıyla karşılaştırıldığında etrafta dolaşma şeklim	0	1	2	3	4	0	1	2
48. Etrafta nasıl dolaştığım hakkında başkalarının hissettikleri	0	1	2	3	4	0	1	2
49. Başkaları tarafından bana nasıl davranıldığı	0	1	2	3	4	0	1	2

GOAL

Diğer Hedefler	Gelişmek için hedefiniz bu mu?		
	HEDEF DEĞİL	KISMEN ÖNEMLİ	ÇOK ÖNEMLİ
Kaçırdığımız başka (uzun veya kısa süreli) hedefler varsa, lütfen bunları aşağıda belirtin VE Her birinde gelişme göstermenin sizin için ne kadar önemli bir hedef olduğunu seçin.			
Diğer Hedefler:			
1.	0	1	2
2.	0	1	2
3.	0	1	2
4.	0	1	2
5.	0	1	2
Yorumlar ve Öneriler			

KATILIMINIZ İÇİN TEŞEKKÜR EDERİZ!