

B. Keele STarT -selkäkysely

Tutkittavan nimi: _____ Päiväys: _____

Eri mieltä Samaa mieltä

Ajattele viimeksi kulunutta 2 viikkoa vastatessasi seuraaviin kysymyksiin:

0

1

1. Selkäkipuni on säteillyt alaraajaani (-raajoihini) jossakin vaiheessa viimeksi kuluneen 2 viikon aikana
2. Minulla on ollut niska- tai hartiakipua jossakin vaiheessa viimeksi kuluneen 2 viikon aikana
3. Olen kävellyt ainoastaan lyhyitä matkoja selkäkipuni vuoksi
4. Viimeksi kuluneen 2 viikon aikana pukeutumiseni on ollut tavallista hitaampaa selkä kivun vuoksi
5. Tällaisessa kunnossa olevan henkilön ei ole oikeastaan turvallista olla fyysisesti aktiivinen
6. Olen ollut usein huolestunut tilanteestani
7. Minusta tuntuu, että selkäkipuni on erittäin vaikea eikä se tule koskaan paremmaksi
8. Yleisesti ottaen en ole nauttinut kaikista niistä asioista, joista ennen nautin
9. Kuinka haittaavaa selkäkipusi on ollut viimeksi kuluneen 2 viikon aikana?

Ei lainkaan

Hieman

Kohtalaisesti

Paljon

Erittäin paljon

0

0

0

1

1

Kokonaispisteet(kaikki 9): _____ **Osapisteeet (kysymykset 5-9):** _____

Mittauksen tulkinta

Ennuste selkävun pitkittymiseen:

<3 pistettä (koko tulos) = matalan riskin ryhmä

Jos koko tulos on 4 tai enemmän, mutta psykososiaalisten kysymysten tulos <3 = keskitason riski

Jos koko tulos on 4 tai enemmän ja psykososiaalisten kysymysten tulos on 4 tai enemmän = korkean riskin ryhmä