

Οδηγός συμπλήρωσης σπονδυλικής φόρμας (Μάϊος 2019)

Ιστορικό: <i>Οι απαντήσεις των ασθενών καταγράφονται αλλά συμπληρώνονται από τον κλινικό.</i>	
Παραπομπή:	Κυκλώστε το κατάλληλο, μπορεί να καταγραφεί ημερομηνία ραντεβού επαναπαρακολούθησης.
Απαιτήσεις εργασίας / δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου:	Απαιτήσεις εργασίας: Καταγράψτε τις δραστηριότητες της εργασίας και την συχνότητα της δραστηριότητας π.χ. 50% κάθισμα, 50% ορθοστασία. Άλλοι τύποι επιβαρύνσεων μπορούν επίσης να καταγραφούν π.χ. πίεση από χρονικές προθεσμίες Δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου: Καταγράψτε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου ή χόμπι και τη συχνότητα π.χ. 75% κάθισμα, 25% σκύψιμο ή περπάτημα 3 x βδομάδα 40 λεπτά, κηπουρική 3 ώρες/εβδομάδα για παράδειγμα. Μπορείτε να σημειώσετε επίπεδα δραστηριότητας πχ. 'καθιστικός τρόπος ζωής' ή 'πολύ δραστήριος/α'.
Λειτουργικοί περιορισμοί από το τρέχον επεισόδιο:	Ζητήστε από τον/την ασθενή να διευκρινίσει συγκεκριμένες δραστηριότητες που είναι αδύνατο να εκτελέσει ή έχει δυσκολία να εκτελέσει λόγω της τρέχουσας συμπτωματολογίας.
Βαθμολογία λειτουργικής ανικανότητας:	Καταγράψτε συγκεκριμένη βαθμολογία του εργαλείου μέτρησης λειτουργικότητας που χρησιμοποιήθηκε.
Βαθμολογία ΟΑΚΠ:	Ρωτήστε τον/την ασθενή για την ένταση των συμπτωμάτων, συμπεριλαμβανομένου του πιο απόμακρου πόνου. Μπορεί να καταγραφεί το εύρος του πόνου ή η μέση ένταση του πόνου.
Σωματικό διάγραμμα:	Χρησιμοποιείται για να καταγραφούν όλα τα συμπτώματα του επεισοδίου πχ. Όλα τα συμπτώματα που είχε ο/η ασθενής κατά το επεισόδιο. Όλα τα συμπτώματα μπορεί να μην είναι παρόντα πλέον.
Παρόντα συμπτώματα:	Καταγράψτε την τοποθεσία/τύπο των συμπτωμάτων που συνεχίζουν να απασχολούν τον/την ασθενή. Μπορεί να διαφέρει από το σωματικό διάγραμμα καθώς μπορεί να μην είναι όλα τα συμπτώματα παρόντα. Μπορεί να σημειωθεί και η χρονική πορεία π.χ. οσφυαλγία τις τελευταίες 48 ώρες.
Παρόντα από:	Συνήθως σε εβδομάδες ή μέρες. Μπορεί να καταγραφεί συγκεκριμένη ημερομηνία αν είναι γνωστή ή αν χρειάζεται για νομικούς λόγους.
Βελτιούμενα / Αμετάβλητα / Επιδεινούμενα:	Κυκλώστε κατάλληλα, και ρωτήστε τον/την ασθενή πως ή με ποιον τρόπο τα συμπτώματα του βελτιώθηκαν ή επιδεινώθηκαν.

Οδηγός συμπλήρωσης σπονδυλικής φόρμας (Μάϊος 2019)

Έναρξη ως αποτέλεσμα:	Εάν χρειάζεται περιγράψτε τον μηχανισμό τραυματισμού π.χ. άρση φορτίου ή απότομο στρίψιμο ή κυκλώστε 'όχι προφανής λόγος'.
Συμπτώματα κατά την έναρξη:	Κυκλώστε την τοποθεσία από την οποία ξεκίνησαν αρχικά τα συμπτώματα π.χ. κυκλώστε 'μέση', και μετά καταγράψτε την έναρξη των άλλων συμπτωμάτων.
Αδιάκοπα / Διακοπτόμενα:	Κυκλώστε αν χρειάζεται. Μέση = στη γλουτιαία πτυχή, Μηρός = πάνω από το γόνατο, Πόδι = κάτω από το γόνατο, Αυχένος = στην του ώμου, Βραχίονας = από τον ώμο ως τον αγκώνα, Αντιβράχιο = αντιβράχιο ως την παλάμη.
Τμήμα Καλύτερα / Χειρότερα:	Καταγραφή Κύκλος για πάντοτε – εάν δεν ξεκαθαρίζεται σημαίνει άμεση αντίδραση πόνου. Αν συσχετίζεται με το χρόνο πρέπει να ξεκαθαρίζεται έξω από τον κύκλο π.χ. 10λεπτά, παρατεταμένα. Υπογράμμιση – μερικές φορές. Διαγραφή – Όχι αποτέλεσμα. Βάλτε ένα ερωτηματικό (?) πάνω από τη δραστηριότητα αν ο/η ασθενής δεν είναι σίγουρος ακόμα και μετά από κάποιες ερωτήσεις, αντί να το αφήσετε κενό. Αν ο/η ασθενής αναφέρει δύο διαφορετικές περιοχές συμπτωμάτων που δεν συσχετίζονται, περιγράψτε ποια συμπτώματα επηρεάζονται από ποιες δραστηριότητες.
Ανήσυχος ύπνος:	Αν είναι πάντοτε κυκλώστε το Ναι, αν είναι μερικές φορές υπογραμμίστε το. Αν δεν επηρεάζεται κυκλώστε Όχι. Αν ήταν κυκλώστε το ναι και γράψτε από πάνω 'προηγουμένως'.
Στάσεις ύπνου:	Κυκλώστε τις συνήθειες, σημειώστε αν είναι είναι αδύνατο να χρησιμοποιήσει αυτή τη θέση λόγω της τρέχουσας συμπτωματολογίας και καταγράψτε την θέση που υιοθετεί πλέον- καλύτερη και χειρότερη
Επιφάνεια / μαξιλάρια:	Σημειώστε το είδος της επιφάνειας (για την οσφυϊκή) και τον αριθμό και το είδος μαξιλαριών (για την αυχενική) αν είναι σχετικό.
Προηγούμενο ιστορικό ΣΣ:	Γράψτε αν είναι επεισοδιακή, καταγράψτε την τοποθεσία των συμπτωμάτων στα προηγούμενα επεισόδια, τη διάρκεια τους, τη σοβαρότητα, και αν ήταν ασυμπτωματικός/ή μεταξύ των επεισοδίων.
Προηγούμενες θεραπείες:	Καταγράψτε τι θεραπείες ακολούθησαν για το τρέχον επεισόδιο και, αν χρειάζεται, τι θεραπείες έκανε για τα προηγούμενα επεισόδια. Σημειώστε αν κάτι βοήθησε στο παρελθόν.
Ειδικές Ερωτήσεις:	Κυκλώστε τις απαντήσεις που χρειάζεται και αναφέρετε λεπτομέρειες στις κενές γραμμές.

Οδηγός συμπλήρωσης σπονδυλικής φόρμας (Μάϊος 2019)

Φυσική Εξέταση:	
Δεν είναι απαραίτητο να εκτελέσετε όλα τα μέρη της φυσικής εξέτασης με κάθε ασθενή. Αν οποιοδήποτε τμήμα της εξέτασης δεν γίνει διαγράψτε το με μια διαγώνια γραμμή.	
Παρατήρηση στάσης:	Κυκλώστε την κατάλληλη απάντηση.
Αλλαγή στάσης:	Κυκλώστε την ανταπόκριση και σημειώστε ποιος πόνος αλλάζει και σε ποια αλλαγή στάσης, αν χρειάζεται.
Άλλες παρατηρήσεις / Λειτουργικές βασικές γραμμές μέτρησης	Καταγράψτε οποιαδήποτε σημαντική παρατήρηση π.χ. ατροφία, πρήξιμο, ερυθρότητα κα. Σημειώστε σχετικές λειτουργικές βασικές γραμμές μέτρησης π.χ. σύλληψη, βαθύ κάθισμα.
Νευρολογική Εξέταση:	Καταγράψτε τα ευρήματα σε κάθε τμήμα, σημειώνοντας αν δεν είναι φυσιολογικά, π.χ. μειωμένο I ₁ αντανακλαστικό. Μπορείτε να προσθέσετε Babinski / Κλώνος στα αντανακλαστικά αν είναι αναγκαίο. Καταγράψτε ως “φυσιολογικά” αν τα ευρήματα της εξέτασης είναι φυσιολογικά. Διαγράψτε με μια διαγώνια γραμμή αν δεν εκτελεστεί.
Απώλεια κίνησης:	Τα κουτιά Σημ/Μετ/Μικ/Καμ μπορούν να χρησιμοποιηθούν σαν γραμμή, παρά σαν όρια. Μπορείτε επίσης να καταγράψετε αν τα συμπτώματα ή η δυσκαμψία περιορίζει την κίνηση στην στήλη ‘συμπτώματα, αν ο ασθενής αναφέρει πόνο, καταγράψτε την τοποθεσία του πόνου.
Δοκιμασία κινήσεων:	Αν οι δοκιμασίες κινήσεων εκτελεστούν με διαφορετική σειρά από αυτή που αναγράφεται στη φόρμα, αριθμήστε την σειρά. Μπορείτε επίσης να καταγράψετε το άθροισμα των επαναλήψεων που εκτελέστηκαν. Συμπτωματική ανταπόκριση – Χρησιμοποιείστε την ορολογία ΜΔΘ μόνο. Ελέγξτε και περιγράψτε την αποτελεσματικότητα σε όλα τα συμπτώματα, ιδιαίτερα στα πιο απόμακρα. Μηχανική ανταπόκριση – βάλτε πάνω ή κάτω βέλος στο κατάλληλο κουτί. Μπορεί να περιγράφεται άλλη κίνηση η οποία επηρεάστηκε, πέρα από αυτή που δοκιμάστηκε.
Στατικές δοκιμασίες:	Κυκλώστε την θέση η οποία εκτελέστηκε και καταγράψτε με την ορολογία ΜΔΘ το αποτέλεσμα της
Άλλες δοκιμασίες:	Καταγράψτε ποιες δοκιμασίες έγιναν και την ανταπόκριση σε αυτές.
Προσωρινή κατάταξη:	Κυκλώστε την κατάταξη. Για τη Διαταραχή, καταγράψτε την τοποθεσία του πόνου και την Προτίμηση Κινητικής Κατεύθυνσης. Για τη

Οδηγός συμπλήρωσης σπονδυλικής φόρμας (Μάϊος 2019)

Φυσική Εξέταση:	
	<p>Δυσλειτουργία, καταγράψτε την κατεύθυνση. Για το ΑΛΛΟ, καταγράψτε την υπο-ομάδα.</p> <p>Κυκλώστε οποιοδήποτε από τους σχετικούς οδηγούς πόνου και λειτουργικής ανικανότητας και καταγράψτε περισσότερες λεπτομέρειες στη γραμμή από κάτω.</p>
Αρχές Διαχείρισης:	<p>Εκπαίδευση – Καταγράψτε συγκεκριμένα, π.χ. αλλαγή στάσης, προσωρινή αποφυγή κάμψης, καθισχυασμός, κλπ.</p> <p>Τύπος Άσκησης – Καταγράψτε τις συγκεκριμένες ασκήσεις που δόθηκαν στον ασθενή. π.χ. Επ ΚΥΚ, και σημειώστε τη Συχνότητα.</p> <p>Καταγράψτε άλλες ασκήσεις ή παρεμβάσεις που δόθηκαν</p> <p>Στόχοι Διαχείρισης – Καταγράψτε τι περιμένετε να έχει αλλάξει στην επόμενη συνεδρία και αυτά που θέλετε να επανεξετάσετε στη 2^η συνεδρία. Οι βραχυπρόθεσμοι και μακροπρόθεσμοι στόχοι του ασθενή μπορούν επίσης να καταγραφούν.</p>