

Kujala Patellofemoral Score – Dutch translated Version

Vertaling: P.E.J. Ummels

Naam:

Datum:

Geboortedatum:

Geslacht: Man/Vrouw

Knie: L/R

Duur van de klachten: Jaar Maanden Weken

Omcirkel bij elke vraag de keuze (letter) die het beste past bij uw knieklachten.

<p>1. Mank lopen:</p> <p>a) Niet (5) b) Af en toe of een beetje (3) c) Altijd (0)</p>	<p>8. Langdurig zitten met gebogen knieën:</p> <p>a) Geen probleem (10) b) Pijn na langdurig zitten met gebogen knieën (8) c) Continu pijn (6) d) Ik moet nu en dan mijn knie strekken vanwege de pijn (4) e) Niet mogelijk (0)</p>
<p>2. Belastbaarheid:</p> <p>a) Staan op één been is niet pijnlijk (5) b) Staan op één been is pijnlijk (3) c) Staan op één been is niet mogelijk (0)</p>	<p>9. Pijn:</p> <p>a) Geen (10) b) Af en toe een beetje (8) c) Het hindert bij het slapen (6) d) Soms hevig (3) e) Altijd hevig aanwezig (0)</p>
<p>3. Wandelen:</p> <p>a) Onbeperkt (5) b) Meer dan 2 km (3) c) 1-2 km (2) d) Niet mogelijk (0)</p>	<p>10. Zwelling:</p> <p>a) Geen (10) b) Na forse in spanning (8) c) Na dagelijkse activiteiten (6) d) Iedere avond (4) e) Altijd (0)</p>
<p>4. Traplopen:</p> <p>a) Geen probleem (10) b) Lichte pijn bij trap aflopen (8) c) Zowel trap op als trap aflopen is pijnlijk (5) d) Niet mogelijk (0)</p>	<p>11. Voelt u uw knieschijf (patella) wel eens pijnlijk wegschieten (dislocatie)?</p> <p>a) Nooit (10) b) Soms tijdens het sporten (6) c) Soms bij dagelijkse activiteiten (4) d) 1 of 2 vastgestelde dislocaties (2) e) Meer dan twee vastgestelde dislocaties (0)</p>
<p>5. Hurken</p> <p>a) Geen probleem (5) b) Herhaald hurken is pijnlijk (4) c) Hurken is iedere keer pijnlijk (3) d) Alleen mogelijk indien niet volledig belast (2) e) Niet mogelijk (0)</p>	<p>12. Zijn uw bovenbeenspieren dunner geworden?</p> <p>a) Nee (5) b) Ja, een beetje (3) c) Ja, veel (0)</p>
<p>6. Hardlopen:</p> <p>a) Geen probleem (10) b) Pijn na meer dan 2 km hardlopen (8) c) Lichte pijn vanaf begin hardlopen (6) d) Zeer Pijnlijk (3) e) Niet mogelijk (0)</p>	<p>13. Kunt u de knie volledig buigen?:</p> <p>a) Ja (5) b) Een beetje beperkt (3) c) Heel erg beperkt (0)</p>
<p>7. Springen:</p> <p>a) Geen probleem (10) b) Enige moeite (7) c) Altijd pijnlijk (2) d) Niet mogelijk (0)</p>	

Referentie: Urho M. Kujala, Laura H. Jaakkola et. al., (1993), Scoring of Patellofemoral Disorders, Arthroscopy: the Journal of Arthroscopy and Related Surgery (2):159-163