



VISA-P-G Fragebogen

Liebe Klientinnen und Klienten,

bei diesem Fragebogen handelt es sich um die deutsche Übersetzung des vom Victorian Institute of Sports Assessment (VISA) entwickelten VISA Patellar Tendinopathy Questionnaire (VISA-P). Der Fragebogen dient als ein unterstützendes Instrument zur Erhebung des Grades der durch vordere Kniebeschwerden vorliegenden Einschränkungen im Alltag und Sport.

Bitte nehmen Sie sich die max. 5 min Zeit zur Beantwortung der Fragen. Alle Fragen beziehen sich nur auf das Auftreten Ihrer Kniebeschwerden. Umkreisen Sie das Zutreffende.

Name: _____ Vorname: _____

Geburtsdatum: _____ Datum: _____

1. Wie viele Minuten können Sie schmerzfrei sitzen?

100 min	100 min	90 min	80 min	70 min	60 min	50 min	40 min	30 min	20 min	10 min	0 min	0 min
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Punkte _____

2. Haben Sie Schmerzen, wenn Sie mit normaler Geschwindigkeit die Treppen heruntersteigen?

Starker, heftiger Schmerz	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Kein Schmerz
												Punkte _____

3. Haben Sie Kniebeschmerzen, wenn Sie das unbelastete Knie aktiv voll durchstrecken?

Starker, heftiger Schmerz	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Kein Schmerz
												Punkte _____

4. Haben Sie Schmerzen, wenn Sie einen Ausfallschritt mit vollem Körpergewicht nach vorne machen?

Starker, heftiger Schmerz	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Kein Schmerz
												Punkte _____

5. Haben Sie Probleme, wenn Sie in der tiefen Hocke sitzen?

das ist unmöglich	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Kein Problem
												Punkte _____



6. Haben Sie Schmerzen während oder unmittelbar nachdem Sie 10 mal auf einem Bein gehüpft sind?

Starker, heftiger Schmerz 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Kein Schmerz

Punkte ____

7. Betreiben Sie zur Zeit Sport oder sind Sie anderweitig körperlich aktiv?

- 0 Nein, gar nicht; wegen der Patellasehnenprobleme
- 4 Veränderte Trainings- und Wettkampffähigkeit, wegen der Patellasehnenprobleme
- 7 Volle Trainings- und Wettkampffähigkeit, aber auf niedrigerem Niveau als vor Beginn der Symptome
- 10 Gleiche oder bessere Wettkampffähigkeit als vor Beginn der Symptome

Punkte ____

8. Bitte beantworten Sie entweder A oder B oder C dieser Frage

- Wenn Sie während der Sportausübung keine Schmerzen beim Sport haben, dann beantworten Sie bitte nur die Frage 8a.
- Wenn Sie während der Sportausübung Schmerzen haben, die Sie aber nicht zum Abbrechen der Aktivität zwingen, dann beantworten Sie bitte nur die Frage 8b.
- Wenn Sie während der Sportausübung Schmerzen haben, die Sie zum Abbrechen der Aktivität zwingen, dann beantworten Sie bitte nur die Frage 8c.

8a. Wenn Sie während der Sportausübung keine Schmerzen haben, wie lange können Sie trainieren?

0 0-5 min 5-10 min 11-15 min >15 min
0 7 14 21 30

Punkte ____

8b. Wenn Sie während der Sportausübung Schmerzen haben, die Sie aber nicht zum Abbrechen der Aktivität zwingen, wie lange können Sie trainieren?

0 0-5 min 5-10 min 11-15 min >15 min
0 4 10 14 20

Punkte ____

8c. Wenn Sie während der Sportausübung Schmerzen haben, die Sie zum Abbrechen der Aktivität zwingen, wie lange können Sie bis zu dem Zeitpunkt noch trainieren?

0 0-5 min 5-10 min 11-15 min >15 min
0 2 5 7 10

Punkte ____

Visa-P-G Score ____