

# VISA-P-G Fragebogen



**Physiotherapie  
Marcus Trocha**  
Zentrum für Manuelle Therapie,  
Physiotherapie und Bewegungsanalyse

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?

0 Minuten 100 Minuten  
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 Kein Schmerz  
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Punkte \_\_\_\_\_

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

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

Punkte \_\_\_\_\_

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

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

Punkte \_\_\_\_\_

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

unmöglich Kein Problem  
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Punkte \_\_\_\_\_

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

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

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 \_\_\_\_\_

Seite 1 von 2

Marcus Trocha  
PT, M.Sc. (PT), OMT  
Collenbuschstraße 16  
01324 Dresden

Postbank Leipzig  
BLZ 860 100 90  
Kto. 931 981 909

Tel. 0351 208 68 12  
Mob. 0176 241 83 317

praxis@physiotherapie-trocha.de  
www.physiotherapie-trocha.de

IK 441460203  
StNr. 202/282/09067



**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	7	14	21	30

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	7	14	21	30

Punkte \_\_\_\_

**Visa-P-G Score** \_\_\_\_