

## Behinderung bei Rückenbeschwerden: Oswestry Disability Index – Deutsche Version (ODI-D)

Quelle: Mannion AF, Junge A, Fairbank JC, Dvorak J, Grob D. Development of a German version of the Oswestry Disability Index. Part 1: cross-cultural adaptation, reliability, and validity. Eur Spine J 2006a; 15:55-65.

Name: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Bitte füllen Sie diesen Fragebogen aus. Er soll uns darüber informieren, wie Ihre Rücken- (oder Bein-) Probleme Ihre Fähigkeit beeinflussen, den Alltag zu bewältigen. Wir bitten Sie, jeden Abschnitt zu beantworten. Kreuzen Sie in jedem Abschnitt nur die Aussage an, die Sie heute am besten beschreibt.

### Abschnitt 1: Schmerzstärke

- <sub>0</sub> Ich habe momentan keine Schmerzen
- <sub>1</sub> Die Schmerzen sind momentan sehr schwach
- <sub>2</sub> Die Schmerzen sind momentan mässig
- <sub>3</sub> Die Schmerzen sind momentan ziemlich stark
- <sub>4</sub> Die Schmerzen sind momentan sehr stark
- <sub>5</sub> Die Schmerzen sind momentan so schlimm wie nur vorstellbar

### Abschnitt 2: Körperpflege (Waschen, Anziehen etc.)

- <sub>0</sub> Ich kann meine Körperpflege normal durchführen, ohne dass die Schmerzen dadurch stärker werden
- <sub>1</sub> Ich kann meine Körperpflege normal durchführen, aber es ist schmerzhaft
- <sub>2</sub> Meine Körperpflege durchzuführen ist schmerzhaft, und ich bin langsam und vorsichtig
- <sub>3</sub> Ich brauche bei der Körperpflege etwas Hilfe, bewältige das meiste aber selbst
- <sub>4</sub> Ich brauche täglich Hilfe bei den meisten Aspekten der Körperpflege
- <sub>5</sub> Ich kann mich nicht selbst anziehen, wasche mich mit Mühe und bleibe im Bett

### Abschnitt 3: Heben

- <sub>0</sub> Ich kann schwere Gegenstände heben, ohne dass die Schmerzen dadurch stärker werden
- <sub>1</sub> Ich kann schwere Gegenstände heben, aber die Schmerzen werden dadurch stärker
- <sub>2</sub> Schmerzen hindern mich daran, schwere Gegenstände vom Boden zu heben, aber es geht, wenn sie geeignet stehen (z.B. auf einem Tisch)
- <sub>3</sub> Schmerzen hindern mich daran, schwere Gegenstände zu heben, aber ich kann leichte bis mittelschwere Gegenstände heben, wenn sie geeignet stehen
- <sub>4</sub> Ich kann nur sehr leichte Gegenstände heben
- <sub>5</sub> Ich kann überhaupt nichts heben oder tragen

### Abschnitt 4: Gehen

- <sub>0</sub> Schmerzen hindern mich nicht daran, so weit zu gehen, wie ich möchte
- <sub>1</sub> Schmerzen hindern mich daran, mehr als 1-2 km zu gehen
- <sub>2</sub> Schmerzen hindern mich daran, mehr als 0.5 km zu gehen
- <sub>3</sub> Schmerzen hindern mich daran, mehr als 100 m zu gehen
- <sub>4</sub> Ich kann nur mit einem Stock oder Krücken gehen
- <sub>5</sub> Ich bin die meiste Zeit im Bett und muss mich zur Toilette schleppen



**Abschnitt 5: Sitzen**

- <sub>0</sub> Ich kann auf jedem Stuhl so lange sitzen wie ich möchte
- <sub>1</sub> Ich kann auf meinem Lieblingsstuhl so lange sitzen wie ich möchte
- <sub>2</sub> Schmerzen hindern mich daran, länger als 1 Stunde zu sitzen
- <sub>3</sub> Schmerzen hindern mich daran, länger als eine halbe Stunde zu sitzen
- <sub>4</sub> Schmerzen hindern mich daran, länger als 10 Minuten zu sitzen
- <sub>5</sub> Schmerzen hindern mich daran, überhaupt zu sitzen

**Abschnitt 6: Stehen**

- <sub>0</sub> Ich kann so lange stehen wie ich möchte, ohne dass die Schmerzen dadurch stärker werden
- <sub>1</sub> Ich kann so lange stehen wie ich möchte, aber die Schmerzen werden dadurch stärker
- <sub>2</sub> Schmerzen hindern mich daran, länger als 1 Stunde zu stehen
- <sub>3</sub> Schmerzen hindern mich daran, länger als eine halbe Stunde zu stehen
- <sub>4</sub> Schmerzen hindern mich daran, länger als 10 Minuten zu stehen
- <sub>5</sub> Schmerzen hindern mich daran, überhaupt zu stehen

**Abschnitt 7: Schlafen**

- <sub>0</sub> Mein Schlaf ist nie durch Schmerzen gestört
- <sub>1</sub> Mein Schlaf ist gelegentlich durch Schmerzen gestört
- <sub>2</sub> Ich schlafe auf Grund von Schmerzen weniger als 6 Stunden
- <sub>3</sub> Ich schlafe auf Grund von Schmerzen weniger als 4 Stunden
- <sub>4</sub> Ich schlafe auf Grund von Schmerzen weniger als 2 Stunden
- <sub>5</sub> Schmerzen hindern mich daran, überhaupt zu schlafen

**Abschnitt 8: Sexualleben (falls zutreffend)**

- <sub>0</sub> Mein Sexualleben ist normal, und die Schmerzen werden dadurch nicht stärker
- <sub>1</sub> Mein Sexualleben ist normal, aber die Schmerzen werden dadurch stärker
- <sub>2</sub> Mein Sexualleben ist nahezu normal, aber sehr schmerzhaft
- <sub>3</sub> Mein Sexualleben ist durch Schmerzen stark eingeschränkt
- <sub>4</sub> Ich habe auf Grund von Schmerzen fast kein Sexualleben
- <sub>5</sub> Schmerzen verhindern jegliches Sexualleben

**Abschnitt 9: Sozialleben**

- <sub>0</sub> Mein Sozialleben ist normal, und die Schmerzen werden dadurch nicht stärker
- <sub>1</sub> Mein Sozialleben ist normal, aber die Schmerzen werden dadurch stärker
- <sub>2</sub> Schmerzen haben keinen wesentlichen Einfluss auf mein Sozialleben, ausser dass sie meine eher aktiven Interessen, z.B. Sport einschränken
- <sub>3</sub> Schmerzen schränken mein Sozialleben ein, und ich gehe nicht mehr so oft aus
- <sub>4</sub> Schmerzen schränken mein Sozialleben auf mein Zuhause ein
- <sub>5</sub> Ich habe auf Grund von Schmerzen kein Sozialleben

**Abschnitt 10: Reisen**

- <sub>0</sub> Ich kann überallhin reisen, und die Schmerzen werden dadurch nicht stärker
- <sub>1</sub> Ich kann überallhin reisen, aber die Schmerzen werden dadurch stärker
- <sub>2</sub> Trotz starker Schmerzen kann ich länger als 2 Stunden unterwegs sein
- <sub>3</sub> Ich kann auf Grund von Schmerzen höchstens 1 Stunde unterwegs sein
- <sub>4</sub> Ich kann auf Grund von Schmerzen nur kurze notwendige Fahrten unter 30 Minuten machen
- <sub>5</sub> Schmerzen hindern mich daran, Fahrten zu machen, ausser zur medizinischen Behandlung

