



SNAPPS- Survey instrument for Natural history, Aetiology and Prevalence of Patellofemoral Pain Studies

- E1.1 Είσαι πάνω από 18 ετών; Ναι Όχι
- E1.2 Είσαι κάτω από 40 ετών; Ναι Όχι
- E1.3 Πόσο χρονών είσαι; Χρονών

Αν είσαι μεταξύ 18-40 ετών, παρακαλώ συνέχισε με την E2.

E2 Έχεις πάει **ποτέ** σε γιατρό για προβλήματα στα γόνατα; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο). Ναι Όχι

E3 Είχες πόνο ή προβλήματα **τον τελευταίο χρόνο** στο γόνατο ή γύρω από το γόνατο; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο). Ναι Όχι

Αν έχεις απαντήσει ναι στην E3, παρακαλώ συνέχισε με την E4.

Αν έχεις απαντήσει όχι στην E3, παρακαλώ πήγαινε στην E14.

E4 Σε ποιο γόνατος είχες πόνο ή προβλήματα; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

- Στο αριστερό γόνατο μόνο
- Στο δεξί γόνατο μόνο
- Και στα δύο γόνατα.

E5 Έχεις κάνει χειρουργείο στο γόνατο; (Συμπεριλαμβανομένου ενδοσκοπικού χειρουργείου-αρθροσκόπησης, με κάμερα στο γόνατο) (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Όχι

Ναι, στο αριστερό γόνατο μόνο

Ναι, στο δεξί γόνατο μόνο

Ναι, και στα δύο γόνατα

E6 Είχες ποτέ μία επιγονατίδα που είχε φύγει από τη θέση της (εξαρθρωμένη); (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Όχι

Ναι, στο αριστερό γόνατο μόνο

Ναι, στο δεξί γόνατο μόνο

Ναι, και στα δύο γόνατα

E7 Από τότε που άρχισε το πρόβλημα στο γόνατο, **πρήζεται ποτέ το γόνατο**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Όχι

Ναι, το αριστερό γόνατο μόνο

Ναι, το δεξί γόνατο μόνο

Ναι, και τα δύο γόνατα

E8 Είχες πότε πόνο και δυσφορία για πάνω από ένα μήνα; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Όχι

Ναι, στο αριστερό γόνατο μόνο

Ναι, στο δεξί γόνατο μόνο

Ναι, και στα δύο γόνατα

E9α Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο και δυσφορία άμα **καθίσεις για πολύ ώρα**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Όχι

Ναι, στο αριστερό γόνατο

Ναι, στο δεξί γόνατο

Ναι, και στα δύο γόνατα

E9β Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **ανέβεις σκάλες**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Όχι

Ναι, στο αριστερό γόνατο

Ναι, στο δεξί γόνατο

Ναι, και στα δύο γόνατα

Ε9γ Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **κατέβεις σκάλες**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Όχι

Ναι, στο αριστερό γόνατο

Ναι, στο δεξί γόνατο

Ναι, και στα δύο γόνατα

Ε9δ Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **κάνεις βαθύ κάθισμα**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Όχι

Ναι, στο αριστερό γόνατο

Ναι, στο δεξί γόνατο

Ναι, και στα δύο γόνατα

Ε9ε Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **σταθείς όρθιος για πολύ ώρα**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Όχι

Ναι, στο αριστερό γόνατο

Ναι, στο δεξί γόνατο

Ναι, και στα δύο γόνατα

Ε9στ Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **περπατήσεις σε επίπεδη επιφάνεια;** (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Όχι |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο αριστερό γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο δεξί γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, και στα δύο γόνατα |

Ε9ζ Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **σηκωθείς από την καρέκλα;** (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Όχι |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο αριστερό γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο δεξί γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, και στα δύο γόνατα |

Ε9η Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **γονατίσεις;** (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο)

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Όχι |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο αριστερό γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο δεξί γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, και στα δύο γόνατα |

E9θ Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **περπατήσεις σε ανώμαλη επιφάνεια**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Όχι |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο αριστερό γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο δεξί γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, και στα δύο γόνατα |

E9ι Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **κατέβεις κατηφόρα**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Όχι |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο αριστερό γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο δεξί γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, και στα δύο γόνατα |

E9κ Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **ανέβεις ανηφόρα**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Όχι |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο αριστερό γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο δεξί γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, και στα δύο γόνατα |

Ε9λ Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **κάνεις κουτσό**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Όχι |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο αριστερό γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο δεξί γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, και στα δύο γόνατα |

Ε9μ Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **κάνεις άλματα**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Όχι |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο αριστερό γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο δεξί γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, και στα δύο γόνατα |

Ε9ν Λόγω των προβλημάτων του γόνατος θα ταλαιπωρηθείς με πόνο ή δυσκολία άμα **τρέχεις**; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Όχι |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο αριστερό γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, στο δεξί γόνατο |
| <input type="checkbox"/> | Ναι, και στα δύο γόνατα |

Θα σε ρωτήσουμε τώρα μερικές ερωτήσεις για κάθε γόνατο.

Αρχίζοντας με το **δεξί** γόνατο.

Ε10α Σκεπτόμενης (-η) το **δεξί** γόνατο, ποιο θεωρείς ότι είναι το **μεγαλύτερο πρόβλημα** στο γόνατό σου; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Πόνος ή δυσφορία

Κλείδωμα

Αίσθημα αστάθειας ή αίσθηση ότι θα μου φύγει

Κανένα πρόβλημα με αυτό το γόνατο

Ε10β Σκεπτόμενης (-η) το **δεξί** γόνατο, το τωρινό πρόβλημα στο γόνατό σου ξεκίνησε (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Λόγω ξαφνικού τραυματισμού π.χ. στρίψιμο, πτώση ή ατύχημα που χρειάστηκε να επισκεφτείς γιατρό

Σταδιακά σε διάστημα κάποιου χρόνου

Ούτε σταδιακά ούτε λόγω ξαφνικού τραυματισμού

Δεν είμαι σίγουρος (-η), δεν μπορώ να θυμηθώ

Χωρίς πρόβλημα σε αυτό το γόνατο

Θα σε ρωτήσουμε τώρα μερικές ερωτήσεις για κάθε γόνατο.

Αρχίζοντας με το **αριστερό** γόνατο.

Ε11α Σκεπτόμενης (-η) το **αριστερό** γόνατο, ποιο θεωρείς ότι είναι το **μεγαλύτερο πρόβλημα** στο γόνατό σου; (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Πόνος ή δυσφορία

Κλείδωμα

Αίσθημα αστάθειας ή αίσθηση ότι θα μου φύγει

Κανένα πρόβλημα με αυτό το γόνατο

Ε11β Σκεπτόμενης (-η) το **αριστερό** γόνατο, το τωρινό πρόβλημα στο γόνατό σου ξεκίνησε (Παρακαλώ βάλε ένα σταυρό στο ένα κουτάκι μόνο).

Λόγω ξαφνικού τραυματισμού π.χ. στρίψιμο, πτώση ή ατύχημα που χρειάστηκε να επισκεφτείς γιατρό

Σταδιακά σε διάστημα κάποιου χρόνου

Ούτε σταδιακά ούτε λόγω ξαφνικού τραυματισμού

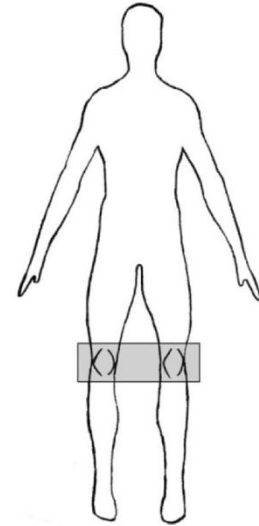
Δεν είμαι σίγουρος (-η), δεν μπορώ να θυμηθώ

Χωρίς πρόβλημα σε αυτό το γόνατο

Ε 12 Παρακαλώ πάρε λίγο χρόνο να σκεφτείς που έχεις πόνο το γόνατο.

Θέλουμε να φανταζόμαστε ότι αυτή είναι μία εικόνα των γονάτων σου.

Παρακαλώ χρησιμοποίησε ένα μικρό σταυρό για να σημειώσεις που αισθάνεσαι τον πόνο στο γόνατο σε αυτό το διάγραμμα. Μπορείς να χρησιμοποιήσεις πολλούς σταυρούς αν χρειαστεί.



Αν αισθάνεσαι πόνο **πίσω** από το **δεξί** γόνατο, σημείωσε εδώ

Αν αισθάνεσαι πόνο **πίσω** από το **αριστερό** γόνατο, σημείωσε εδώ

Ε13 Αναλογίσου και τα δύο σου γόνατα ποιο γόνατο θα έλεγες ότι σου δίνει τα περισσότερα προβλήματα;

Πάντα το δεξί

Συνήθως το δεξί

Δεξί και αριστερό εξίσου

Συνήθως το αριστερό

Πάντα το αριστερό