

Fear-Avoidance Beliefs Questionnaire (FABQ)

Az alábbiakban olvashat néhány állítást, amelyeket betegek mondtak el nekünk fájdalomukkal kapcsolatban. Kérjük, hogy minden egyes állításnál karikázzon be egy 0 és 6 közötti számot attól függően, hogy a fizikai aktivitás, mint hajlogtatás, emelés, sétálás vagy autóvezetés mennyire befolyásolja/befolyásolná a gerinc fájdalmát.

	<i>Egyáltalán nem értek egyet</i>			<i>Bizonytalan vagyok benne</i>			<i>Teljes mértékben egyetértek</i>
1. A fájdalmamat fizikai aktivitás okozta.	0	1	2	3	4	5	6
2. A fizikai aktivitás fokozza a fájdalmamat.	0	1	2	3	4	5	6
3. A fizikai aktivitás káros lehet a derekamnak.	0	1	2	3	4	5	6
4. Nem kellene olyan fizikai aktivitást végeznem, ami fokozhatja a fájdalmamat.	0	1	2	3	4	5	6
5. Nem vagyok képes olyan fizikai aktivitást végezni, ami fokozhatja a fájdalmamat.	0	1	2	3	4	5	6

Az alábbi állítások azzal kapcsolatosak, hogy a munkája, foglalkozása milyen hatással van, vagy milyen hatással lehetne a fájdalmára.

	<i>Egyáltalán nem értek egyet</i>			<i>Bizonytalan vagyok benne</i>			<i>Teljes mértékben egyetértek</i>
6. A fájdalmamat a munkám okozta vagy munkahelyi baleset következtében alakult ki.	0	1	2	3	4	5	6
7. A munkám súlyosbította a fájdalmamat.	0	1	2	3	4	5	6
8. A fájdalom miatt szeretnék kártérítést kapni.	0	1	2	3	4	5	6
9. Túl nehéz számomra a munkám.	0	1	2	3	4	5	6
10. A fájdalmamat fokozza vagy fokozná a munkám.	0	1	2	3	4	5	6
11. A munkám károsíthatja a hátamat.	0	1	2	3	4	5	6
12. A jelenlegi fájdalommal nem kellene a szokásos munkámat végezni.	0	1	2	3	4	5	6
13. A jelenlegi fájdalommal nem tudom a szokásos munkámat ellátni.	0	1	2	3	4	5	6
14. Nem tudom a szokásos munkámat ellátni, amíg a fájdalom nincs kezelve.	0	1	2	3	4	5	6
15. Nem hiszem, hogy 3 hónapon belül vissza tudok térni szokásos munkámhoz.	0	1	2	3	4	5	6
16. Nem hiszem, hogy valaha is képes leszek visszamenni dolgozni.	0	1	2	3	4	5	6