

BASFI

Ответьте на приведенные ниже вопросы, сделав на соответствующих линиях отметки в соответствии с Вашей способностью выполнять указанные в вопросах действия на протяжении последнего месяца.

Примечание: под словосочетанием «вспомогательные средства» подразумеваются любые предметы, помогающие Вам двигаться и совершать определенные действия.

1. Надевать носки или колготки без посторонней помощи или вспомогательных средств
легко _____ невозможно
2. Наклоняться вперед, чтобы поднять предмет с пола без вспомогательных средств
легко _____ невозможно
3. Дотягиваться до высоких полок без посторонней помощи или вспомогательных средств
легко _____ невозможно
4. Вставать со стула без помощи рук или вспомогательных средств
легко _____ невозможно
5. Вставать с пола из положения лежа на спине без посторонней помощи
легко _____ невозможно
6. Стоять без опоры в течение 10 минут, не испытывая при этом дискомфорт
легко _____ невозможно
7. Подниматься на 12-15 ступеней, не используя при этом перила или иные вспомогательные средства (ставя только одну ногу на каждую ступеньку)
легко _____ невозможно
8. Смотреть через плечо, не поворачивая туловища
легко _____ невозможно
9. Заниматься физически активными видами деятельности (например, лечебной физкультурой, работой на садовом участке или спортом)
легко _____ невозможно
10. Сохранять активность в течение всего дня (дома или на работе)
легко _____ невозможно