

The Greek version of Bath Ankylosing Spondylitis Functional Index (BASFI-GrV).

Οδηγίες. Βάλε ένα σημάδι πάνω σε κάθε γραμμή παρακάτω που να δηλώνει το επίπεδο της δυνατότητάς σου, για κάθε μια από τις παρακάτω δραστηριότητες κατά τη διάρκεια της τελευταίας εβδομάδας.

- (1) Να φοράς τις κάλτσες σου ή εφαρμοστά ρούχα με βοήθεια ή βοηθήματα.

ΕΥΚΟΛΟ _____ ΑΔΥΝΑΤΟ

- (2) Να σκύβεις με τη μέση σου μπροστά να σηκώσεις ένα στυλό από το πάτωμα χωρίς βοήθημα.

ΕΥΚΟΛΟ _____ ΑΔΥΝΑΤΟ

- (3) Να φτάνεις σε ένα ψηλό ράφι χωρίς βοήθεια ή βοηθήματα.

ΕΥΚΟΛΟ _____ ΑΔΥΝΑΤΟ

- (4) Να σηκώνεσαι από μια καρέκλα τραπεζαρίας χωρίς μπράτσα χωρίς να χρησιμοποιείς τα χέρια σου ή άλλη βοήθεια.

ΕΥΚΟΛΟ _____ ΑΔΥΝΑΤΟ

- (5) Να σηκώνεσαι από το πάτωμα χωρίς βοήθεια από την πλάτη σου.

ΕΥΚΟΛΟ _____ ΑΔΥΝΑΤΟ

- (6) Να στέκεσαι χωρίς υποστήριξη για 10 λεπτά χωρίς ενόχληση.

ΕΥΚΟΛΟ _____ ΑΔΥΝΑΤΟ

- (7) Να ανεβαίνεις 12-15 σκαλιά χωρίς να πιάνεις την κουπαστή ή κάποιο βοήθημα βάδισης, με ένα πόδι σε κάθε σκαλί.

ΕΥΚΟΛΟ _____ ΑΔΥΝΑΤΟ

- (8) Να κοιτάζεις πίσω από τον ώμο σου χωρίς να στρίβεις το σώμα σου.

ΕΥΚΟΛΟ _____ ΑΔΥΝΑΤΟ

- (9) Να κάνεις σωματικά απαιτητικές δραστηριότητες (π.χ. ασκήσεις φυσικοθεραπείας, κηπουρική ή σπορ).

ΕΥΚΟΛΟ _____ ΑΔΥΝΑΤΟ

- (10) Να κάνεις τις δουλειές όλης της ημέρας, είτε είναι στο σπίτι είτε είναι στη δουλειά.

ΕΥΚΟΛΟ _____ ΑΔΥΝΑΤΟ