

**ACL-RSI**

Datum: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Der folgende Fragebogen dient der Erfassung von Beschwerden und Problemen, die durch Ihr Kniegelenk verursacht werden. Bitte kreuzen Sie nur ein Kästchen pro Frage an.

Bitte beantworten Sie folgende Fragen zu der Sportart, die Sie als Hauptsportart vor ihrer Verletzung ausgeübt haben. Kreuzen Sie für jede Frage dasjenige Kästchen zwischen den beiden beschriebenen Extremen an, das Ihr derzeitiges Befinden wiedergibt.

- 1. Sind Sie zuversichtlich, dass Sie den Sport auf demselben Niveau wie vorher ausüben können?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

\_\_\_\_\_→  
Überhaupt nicht zuversichtlich Völlig zuversichtlich

- 2. Halten Sie es für wahrscheinlich, Ihr Knie durch die Teilnahme an Ihrem Sport wieder verletzen zu können?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

\_\_\_\_\_→  
Sehr wahrscheinlich Völlig unwahrscheinlich

- 3. Macht Sie der Gedanke an die Ausübung Ihres Sports nervös?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

\_\_\_\_\_→  
Sehr nervös Gar nicht nervös

- 4. Sind Sie zuversichtlich, dass Ihr Knie bei der Ausübung Ihres Sports nicht nachgeben wird?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

\_\_\_\_\_→  
Überhaupt nicht zuversichtlich Völlig zuversichtlich

- 5. Sind Sie zuversichtlich, dass Sie Ihren Sport ausüben können, ohne Bedenken wegen Ihres Knies zu haben?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

\_\_\_\_\_→  
Überhaupt nicht zuversichtlich Völlig zuversichtlich

- 6. Finden Sie es frustrierend, dass Sie in Bezug auf Ihren Sport Ihr Knie berücksichtigen müssen?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

\_\_\_\_\_→  
Sehr frustrierend Überhaupt nicht frustrierend

**7. Befürchten Sie, dass Sie Ihr Knie bei der Ausübung Ihres Sportes wieder verletzen könnten?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

Habe grosse Sorgen

Habe überhaupt keine Sorgen

**8. Sind Sie zuversichtlich, dass Ihr Knie unter Belastung standhält?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

Überhaupt nicht zuversichtlich

Völlig zuversichtlich

**9. Haben Sie Angst, dass Sie Ihr Knie bei der Ausübung Ihres Sports versehentlich wieder verletzen könnten?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

Habe grosse Angst

Habe überhaupt keine Angst

**10. Hält Sie der Gedanke daran, nochmals operiert und nachbehandelt werden zu müssen, davon ab, Ihren Sport auszuüben?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

Die ganze Zeit

Zu keinem Zeitpunkt

**11. Sind Sie zuversichtlich, Ihren Sport gut ausüben zu können?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

Überhaupt nicht zuversichtlich

Völlig zuversichtlich

**12. Sind Sie gelassen, wenn es um die Ausübung Ihres Sportes geht?**

0  10  20  30  40  50  60  70  80  90  100

Gar nicht gelassen

Völlig gelassen