

Dotazník pro žlutou skupinu (volně přeloženo „Yellow flags“)

Jméno, příjmení:

Hlavní onemocnění:

1.	Uved'te vaši současnou úroveň bolesti během posledních týdnů.											
Žádná bolest	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Nejhorší bolest

2.	Šíří se bolest, ztuhlost, mravenčení, slabost ze zad do nohy nebo z krku do ruky?											
Nikdy	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Stále

3.	Jak byste zhodnotili svůj zdravotní stav?											
Špatný / Ubohý	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Vynikající

4.	Jestliže byste trávili volný čas ve stavu kondice, kterou máte právě nyní, jak byste se cítili?											
Spokojeně	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Strašně

5.	Cítili jste úzkost, znepokojení v minulých týdnech?											
Trochu	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Extrémní úzkost

6.	Byli jste schopni kontrolovat (ovládat) svou bolest samostatně během minulých týdnů?											
Mohu redukovat bolest	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Nemohu redukovat bolest

7.	Zaznamenejte, jak depresivně jste se cítili během minulých týdnů.											
Žádná deprese	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Extrémní deprese

8.	Určete perspektivu návratu do normálního (bez bolesti) života a práce během 6 měsíců.											
100% jistota	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Všeobecná nejistota

9.	Můžete vykonávat lehkou práci 1 hodinu?											
Absolutní souhlas	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totální nesouhlas

10.	Můžete spát v noci?											
Absolutní souhlas	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totální nesouhlas

11.	Vzrůstající bolest je indikací k ukončení práce, kterou právě vykonávám, dokud se bolest nesníží.											
Totální nesouhlas	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Absolutní souhlas

12.	Fyzické aktivity zhoršují mé bolesti.											
Totální nesouhlas	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Absolutní souhlas

13.	Neměl bych vykonávat běžné denní aktivity včetně mé práce, pokud mám současnou bolest.											
Totální nesouhlas	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Absolutní souhlas

Součet zakroužkovaných čísel = ohrožení chronicitou

Mírné ohrožení	\geq	44 až 61
Střední ohrožení	\geq	62 až 77
Velké ohrožení	\geq	78

V případě velkého ohrožení je nutné zahájit spolupráci s psychologem, psychiatrem.

Kendall NAS, Linton SJ, Main CJ. Guide to assessing psychosocial yellow flags in acute low back pain: Risk factors for long-term disability and work loss. Accident Rehabilitation & Compensation Insurance Corporation of New Zealand and the National Health Committee. Wellington, NZ, 1997.