

Evaluation de l'inquiétude de tomber chez les blessés médullaires

Nous aimerions maintenant vous poser quelques questions pour évaluer votre niveau d'inquiétude par rapport à la possibilité de tomber.

Pour chacune des activités suivantes, veuillez répondre ce qui correspond le mieux à votre niveau d'inquiétude par rapport à la peur de tomber, lorsque vous faites cette activité.

Veuillez répondre en pensant à la manière dont vous faites habituellement cette activité. Si vous ne faites pas cette activité actuellement (par exemple si quelqu'un s'occupe de faire vos courses) répondez en évaluant votre peur de tomber SI vous la faisiez.

		<i>Pas du tout inquiet</i> 1	<i>Un peu inquiet</i> 2	<i>Assez inquiet</i> 3	<i>Très inquiet</i> 4
1	S'habiller ou se déshabiller	1	2	3	4
2	Changer de position dans le lit (y compris s'asseoir)	1	2	3	4
3	Se faire un lavement ou aller à selles	1	2	3	4
4	Se laver ou se doucher	1	2	3	4
5	Se mettre sur des toilettes (ou une chaise percée) et retour	1	2	3	4
6	Se mettre sur un lit et retour	1	2	3	4
7	Entrer ou sortir d'une voiture	1	2	3	4
8	Atteindre des objets hauts placés (par ex. appuyer sur un bouton d'ascenseur, atteindre un rayon d'étagère)	1	2	3	4
9	Ramasser des objets par terre (par ex. des habits, une gamelle, un stylo)	1	2	3	4
10	Cuisiner ou préparer un repas (par ex. faire un sandwich, utiliser la cuisinière)	1	2	3	4
11	Se déplacer en chaise roulante à plat	1	2	3	4
12	Se déplacer en chaise roulante sur un sol accidenté (par ex. caillouteux, en pavés)	1	2	3	4
13	Monter ou descendre d'un trottoir en chaise roulante	1	2	3	4
14	Monter ou descendre une pente en chaise roulante	1	2	3	4
15	Faire ses courses	1	2	3	4
16	Soulever et déplacer des objets lourds à bout de bras (par ex. mettre des sacs à commissions ou la chaise roulante dans la voiture)	1	2	3	4

SCORE: / 64

* Traduit de l'anglais avec l'aimable autorisation de C. Boswell