

**OBS Detta formulär är endast till för att visa poängsättningen för (SRS-22r) 1  
och skall inte användas för besvarande av frågor!**

Namn ..... Personnummer .....

Datum .....

INSTRUKTIONER: Vi undersöker noggrant ditt ryggstillstånd och det är VIKTIGT ATT DU  
BESVARAR VARJE FRÅGA SJÄLV.  
RINGA IN DET ENDA SVAR SOM PASSAR BÄST PÅ VARJE FRÅGA.

1. Vilket av följande beskriver bäst hur mycket smärta du har upplevt under de senaste 6 månaderna.

- 5 Ingen
- 4 Mild
- 3 Måttlig
- 2 Måttlig till svår
- 1 Svår

2. Vilket av följande beskriver bäst hur mycket smärta du har upplevt under den senaste månaden.

- 5 Ingen
- 4 Mild
- 3 Måttlig
- 2 Måttlig till svår
- 1 Svår

3. Under de senaste 6 månaderna, har du varit mycket nervös?

- 5 Aldrig
- 4 Nästan aldrig
- 3 Ibland
- 2 Nästan alltid
- 1 Hela tiden

4. Hur skulle du känna dig om du var tvungen att ha din nuvarande ryggform resten av livet?

- 5 Mycket nöjd
- 4 Ganska nöjd
- 3 Varken nöjd eller missnöjd
- 2 Ganska missnöjd
- 1 Mycket missnöjd

5. Vilken är din nuvarande aktivitetsnivå?

- 1 Sängliggande
- 2 Nästan inga aktiviteter
- 3 Lätt arbete och lättare motion
- 4 Ganska mycket arbete och ganska mycket motion
- 5 Full aktivitet utan begränsningar

6. Hur ser du ut med kläder på?

- 5 Mycket bra
- 4 Bra
- 3 Ganska bra
- 2 Illa
- 1 Mycket illa

7. Under de senaste 6 månaderna, har du känt dig så nere att inget har kunnat muntra upp dig?

- 1 Mycket ofta
- 2 Ofta
- 3 Ibland
- 4 Sällan
- 5 Aldrig

8. Har du ryggsmärtor när du vilar?

- 1 Mycket ofta
- 2 Ofta
- 3 Ibland
- 4 Sällan
- 5 Aldrig

9. Vilken är din nuvarande aktivitetsnivå på arbetet/ i skolan?

- 5 100% normal
- 4 75% normal
- 3 50% normal
- 2 25% normal
- 1 0% normal

10. Vilket av följande beskriver bäst utseendet på din bål, det vill säga kroppen utom huvud, armar och ben.

- 5 Mycket bra
- 4 Bra
- 3 Ganska bra
- 2 Dåligt
- 1 Mycket dåligt

11. Vilket av följande beskriver bäst de mediciner du tar för ryggen?

- 5 Ingen
- 4 Receptfria mediciner en gång i veckan eller mindre (t.ex. Magnecyl, Alvedon, Voltaren, Ipren)
- 3 Receptfria mediciner dagligen
- 2 Receptbelagda mediciner en gång i veckan eller mindre (t.ex. Doloxene, Citodon, Ketogan)
- 1 Receptbelagda mediciner dagligen

Andra mediciner ..... användning (en gång i veckan el.  
(namn på medicinen) ..... mindre, eller dagligen)

12. Hindrar din rygg dig från att göra saker i hemmet?

- 5 Aldrig
- 4 Sällan
- 3 Ibland
- 2 Ofta
- 1 Mycket ofta

13. Har du känt dig lugn och harmonisk de senaste 6 månaderna?

- 5 Hela tiden
- 4 Mesta tiden
- 3 Ibland
- 2 Sällan
- 1 Aldrig

14. Känner du att ditt ryggstillstånd påverkar dina personliga relationer?

- 5 Inte alls
- 4 Nästan inte alls
- 3 Lite
- 2 Ganska mycket
- 1 Mycket

15. Upplever du och/eller din familj ekonomiska svårigheter på grund av din rygg?

- 1 Mycket
- 2 Ganska mycket
- 3 Lite
- 4 Nästan inga
- 5 Inga

16. Under de senaste 6 månaderna, har du känt dig nedstämd och deppig?

- 5 Aldrig
- 4 Sällan
- 3 Ibland
- 2 Ofta
- 1 Mycket ofta

17. Under de senaste 3 månaderna, har du varit borta från arbetet eller avstått från hushållsarbete/skolan på grund av ryggont, och i så fall hur många dagar?

- 5 0 dar
- 4 1 dar
- 3 2 dar
- 2 3 dar
- 1 4 dar eller fler

18. Begränsar ditt ryggstillstånd dina möjligheter att gå ut med vänner/familj?

- 5 Aldrig
- 4 Sällan
- 3 Ibland
- 2 Ofta
- 1 Mycket ofta

19. Känner du dig attraktiv med ditt nuvarande ryggstillstånd?

- 5 Ja, mycket
- 4 Ja, ganska
- 3 Varken attraktiv eller oattraktiv
- 2 Nej, inte särskilt
- 1 Nej, inte alls

20. Har du varit lycklig under de senaste 6 månaderna?

- 1 Ingen del av tiden
- 2 En liten del av tiden
- 3 En viss del av tiden
- 4 Större delen av tiden
- 5 Hela tiden

21. Är du nöjd med resultatet av din ryggbehandling?

- 5 Mycket nöjd
- 4 Nöjd
- 3 Varken nöjd eller missnöjd
- 2 Missnöjd
- 1 Mycket missnöjd

22. Skulle du välja samma behandling igen om du fick samma åkomma?

- 5 Ja, absolut
- 4 Ja, förmodligen
- 3 Vet inte
- 2 Nej, förmodligen inte
- 1 Nej, absolut inte

Tack för att du fyllde i enkäten.  
Lämna gärna kommentarer om du vill!