

EK2 skala – Steffensen 2008

1	Transportmåde. Hvordan kommer du rundt inde og ude?	
	Kører manuel kørestol på plant underlag uden besvær (10 m.< 1 minut).	0
	Kører manuel kørestol på plant underlag med besvær (10 m.> 1 minut.).	1
	Kan ikke selv køre manuel kørestol, men bruger el-kørestol uden besvær	2
	Bruger el-kørestol, men skal i nogle situationer have hjælp til at styre (f.eks. når det er koldt eller blæser).	3

Evt. kommentarer: _____

2	Flyt. Hvordan kommer du fra kørestolen over i din seng og tilbage igen?	
	Kan flytte mig fra kørestolen uden hjælp.	0
	Kan flytte mig selv fra kørestolen med hjælpemiddel.	1
	Skal have personhjælp og evt. hjælpemiddel til at flytte mig fra kørestolen (lift el. lign.).	2
	Skal have personhjælp og hovedstøtte ved flyt fra kørestolen.	3

Evt. kommentarer: _____

3	Ståevne. Kommer du op at stå?	
	Kan stå selv med støtte af knæ (som med 'stå-skiner' – eller meget kortvarigt selv).	0
	Kan stå selv med støtte af knæ og hofter (som i ståstativ).	1
	Kan stå selv med støtte af knæ, hofter og krop som f.eks. i vippeleje,	2
	Kan ikke stå på nogen måde	3

Evt. kommentarer: _____

4	Balance. Hvor meget kan du bøje dig forover i stolen og rette dig op igen? (uden el-sele)	
	Kan komme op fra helt foroverbøjet stilling; det er tilladt at skubbe sig op med hænderne.	0
	Kan bevæge overkroppen $\geq 30^\circ$ frem og/eller til siderne og komme tilbage til opret	1
	Kan bevæge overkroppen $<30^\circ$ frem og/eller til siderne og komme tilbage til opret	2
	Kan ikke selv skifte stilling i overkrop, kan ikke sidde i kørestolen uden støtte af krop og nakke	3

Evt. kommentarer: Ved fysisk status/ændringer i muskelstyrke testes uden elsele og sidestøtter; det noteres hvis det er undersøgt med elsele. _____

5	Armbevægelser. Hvor meget kan du bevæge dine arme, hænder og fingre?	
	Kan løfte mindst en arm over hovedet med eller uden kompensatoriske bevægelser	0
	Kan ikke løfte armene over hovedet, men kan løfte mindst én underarm mod tyngden; hånd til mund m/u albuestøtte.	1
	Kan ikke løfte underarmene mod tyngden, men kan bruge hænderne mod tyngden, når underarmen er understøttet.	2
	Kan ikke bevæge hænderne mod tyngden, men kan bruge fingrene på mindst den ene hånd.	3

Evt. kommentarer: _____

6	Spisefærdigheder. Hvordan spiser du?	
	Kan spise og drikke uden albuestøtte.	0
	Spiser og drikker med understøttet albue.	1
	Spiser med underarmsstøtte og evt. med støtte af modsatte hånd og hjælpemidler	2
	Skal mades.	3

Evt. kommentarer: _____

7	Vende sig i seng. Hvordan vender du dig i sengen?	
	Kan vende sig i sengen med dyne på.	0
	Kan vende sig delvist, men skal have hjælp til at komme helt rundt (sengehest, hjælp til placering/dyne)	1
	Kan ikke vende sig, vendes af hjælper – 0-3 gange om natten.	2
	Kan ikke vende sig, har brug for at blive vendt mindst 4 gange om natten.	3

NB: Hvis det er muligt at vende sig helt eller delvis, skal antallet af vendinger ikke scores

Evt. kommentarer: _____

8	Hoste. Hvordan hoster du når du har fået noget galt i halsen?	
	Kan hoste op ved egen kraft.	0
	Har svært ved at hoste op. Kan rømme sig. Må undertiden have hjælp i form af tryk på maven.	1
	Kan ikke hoste op uden hjælp. Kan kun hoste i visse stillinger. Har brug for hjælpemidler som CPAP.	2
	Ude af stand til at hoste op. Har brug for sug, ventilationspose eller hostemaskine til at hoste op.	3

Evt. kommentarer: _____

9	Tale. Kan du tale så højt at alle kan høre det, selvom du befinder dig i et stort lokale	
	Har en kraftig stemme, som gør det muligt at tale og synge højt.	0
	Taler normalt, men kan ikke hæve stemmen.	1
	Taler med lav stemme, trækker vejret efter 3 - 5 ord.	2
	Talen er vanskelig at forstå for personer uden for den nærmeste kreds.	3

NB: Stemmen vurderes uden hensyn til at du evt. bruger respirator

Evt. kommentarer: _____

10	Alment befindende. Hvordan føler du dig fysisk tilpas?	
	Har det godt	0
	Trættes hurtigt. Har svært ved at finde hvile i stol og seng	1
	Har tabt sig, har mistet appetitten, er bange for at falde i søvn om natten, sover dårligt.	2
	Som ovenfor og derudover symptomer som: humørsvingninger, falder i søvn om dagen, ondt i maven, hjertebanken og svedeture.	3

NB: Fordøjelsesproblemer og smerter som stammer fra muskler og led, skal ikke medregnes.

Evt. kommentarer: _____

11	Træthed i dagtimerne. Bliver du nødt til at planlægge din dag eller hvile dig i løbet af dagen for at undgå at blive alt for træt?	
	Bliver ikke træt i løbet af dagen	0
	Skal begrænse aktivitetsniveauet for at undgå at blive for træt	1
	Skal begrænse aktivitetsniveauet og tage "et hvil" for at undgå at blive for træt	2
	Bliver træt i løbet af dagen, på trods af hvil og begrænsning i aktivitetsniveau	3

Evt. kommentarer: _____

12	Hovedkontrol. Hvor meget hovedstøtte har du brug for i din kørestol?	
	Har ikke brug for hovedstøtte – heller ikke på ramper	0
	Har brug for hovedstøtte op og ned ad skråninger på 15° (standard rampe)	1
	Har brug for hovedstøtte ved kørsel i kørestol inde og ude (kan holde hovedet, når stolen står stille)	2
	Har altid brug for hovedstøtte - også når kørestolen står stille	3

Evt. kommentarer: _____

13	Brug af joystick. Bruger du et standard joystick til at styre din stol med?	
	Bruger et standard joystick, som ikke er specialtilpasset	0
	Bruger et særligt joystick eller tilpasset joystick, som er nemt at bevæge, eller har fået tilpasset kørestolen for at kunne bruge et joystick	1
	Bruger anden teknik end joystick til at styre med, fx pust/sug-system eller skannet kørsel	2
	Kan ikke selv styre en kørestol. Må have en anden person til det	3

Evt. kommentarer: _____

14	Madkonsistens. Er du nødt til at tilpasse din kost?	
	Kan spise alle former for mad uanset konsistens	0
	Spiser udskåret mad eller undgår hård/sej mad	1
	Spiser finthakket/pureret mad.	2
	Får det meste af maden via sonde	3

Evt. kommentarer: _____

15	At spise et måltid (med eller uden hjælp). Hvor længe er du om at spise et måltid?	
	Kan spise et helt måltid lige så hurtigt som andre	0
	Kan kun spise et helt måltid lige så hurtigt som andre, ved opmuntring eller ved ekstra tid (ca 10 minutter)	1
	Kan spise et helt måltid, men behøver betydelig mere tid sammenlignet med andre, der spiser det samme måltid (15 minutters ekstra tid eller mere)	2
	Kan ikke spise et helt måltid på trods af ekstra tid eller praktisk hjælp/kan kun spise meget små portioner	3

Evt. kommentarer: _____

16	At synke. Har du nogensinde problemer med at synke?	
	Har aldrig problemer med at synke og får aldrig mad eller drikke galt i halsen	0
	Kan af og til have problemer (mindre end en gang om måneden) med at synke særlige typer mad og får det af og til galt i halsen	1
	Har jævnligt problemer med at synke mad/drikkevarer eller at maden sætter sig fast i halsen (mere end en gang om måneden)	2
	Har problemer med at synke slim og spyt	3

Evt. kommentarer: _____

17	Håndfunktion. Hvilke af følgende aktiviteter kan du udføre?	
	Kan skrue låget af en flaske vand eller sodavand og bryde forseglingen	0
	Kan skrive to linjer i hånden eller anvende computertastatur	1
	Kan skrive min underskrift eller sende SMS eller anvende fjernbetjening	2
	Kan ikke bruge hænderne	3

Evt. kommentarer: _____