

## **8. PŘÍLOHY**

### **A) Teoretická část:**

**Příloha č. 1: Informovaný souhlas**

**Příloha č. 2: The Yellow Flag Form (anglická verze)**

**Příloha č. 3: Krátká forma dotazníku bolesti McGillovy univerzity**

**Příloha č. 4: Dotazník interference bolestí s denními aktivitami**

**Příloha č. 5: The Roland-Morris Disability Questionnaire (anglická i česká verze)**

**Příloha č. 6: The Oswestry Disability Index (version 2.0) (anglická i česká verze)**

**Příloha č. 7: The Quebec Back Pain Disability Scale (anglická i česká verze)**

**Příloha č. 8: The Waddell Disability Index (anglická i česká verze)**

**Příloha č. 9: The Low Back Outcome Score (anglická i česká verze)**

**Příloha č. 10: The Clinical Back Pain Questionnaire (anglická i česká verze)**

### **B) Praktická část:**

**Příloha č. 11: Kazuistika I**

**Příloha č. 12: Kazuistika II**

**Příloha č. 13: Kazuistika III**

**Příloha č. 14: Kazuistika IV**

## **Příloha č. 1**

### **Informovaný souhlas**

**Téma bakalářské práce:**

**Jméno:**

**Datum narození:**

Účastník bude do studie zařazen pod číslem:

1. Souhlasím s účastí na této studii.
2. Byl(a) jsem podrobně informován(a) o cíli studie, o jejím průběhu a všech vyšetřovacích postupech, které absolvuji. Jsem plně srozuměn(a) s tím, že se jedná o zcela neinvazivní postupy.
3. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
4. Moje účast na studii je dobrovolná. Víím, že ji mohu kdykoliv přerušit nebo ukončit.
5. Při zařazení do studie budou osobní data uchována s plnou ochrannou důvěrností dle platných zákonů ČR. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být osobní údaje poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (tzn. anonymní data – pod číselným kódem) nebo s mým výslovným souhlasem. Porozuměl(a) jsem tomu, že moje osobní identifikační údaje nebudou nikde uveřejněny.
6. S účastí ve studii není spojeno poskytnutí žádné odměny.
7. Souhlasím s tím, že nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis účastníka studie:

Datum:

Podpis zpracovatele bakalářské práce:

Datum:

## Příloha č. 2

### The Yellow Flag Form (Liebenson, 2007)

<b>YELLOW FLAG FORM</b>										
Name _____					Primary complaint- _____					
1. Please indicate your usual level of pain during <b>the past week</b>										
<b>No pain</b>					<b>Worst pain possible</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
2. Does pain, numbness, tingling or weakness extend into your leg (from the low back) &/or arm (from the neck)?										
<b>None of the time</b>					<b>All of the time</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
3. How would you rate your general health? (10-x)										
<b>Poor</b>					<b>Excellent</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
4. If you had to spend the rest of your life with your <u>condition</u> as it is <u>right now</u> , how would you feel about it?										
<b>Delighted</b>					<b>Terrible</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
5. How anxious (eg. tense, uptight, irritable, fearful, difficulty in concentrating/relaxing) you have been feeling during <b>the past week</b> :										
<b>Not at all</b>					<b>Extremely anxious</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
6. How much you have been able to kontrol (i.e., reduce/help) your pain/complaint on your own during <b>the past week</b> :										
<b>I can reduce it</b>					<b>I can't reduce it at all</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
7. Please indicate how depressed (eg. Down-in-the-dumps, sad, downhearted, in low spirits, pessimistic, feeling sof hopelessness) you have been feeling in <b>the past week</b> :										
<b>Not depressed at all</b>					<b>Extremely depressed</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
8. On a scale of 0 to 10, how certain are you that you will be doing normal activities or working in <b>six months</b> ?										
<b>Very certain</b>					<b>Not certain at all</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
9. I can do light work for an hour?										
<b>Completely agree</b>					<b>Completely disagree</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
10. I can sleep ai night										
<b>Completely agree</b>					<b>Completely disagree</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
11. An increase in pain is an indication that I should stop chat I am doing until the pain decreases.										
<b>Completely disagree</b>					<b>Completely agree</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
12. Psysical aktivty makes my pain worse?										
<b>Completely disagree</b>					<b>Completely agree</b>					
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>

13. I should not do my normal activities including work with my present pain.											
<b>Completely disagree</b>									<b>Completely agree</b>		
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	
Please sign your name _____						Date _____					
<b>SCORING &amp; RISK:</b>  Low risk chronic disability – under 55 points Moderate risk chronic disability – 55 to 65 points High risk of chronic pain and disability – over 65 points											

### Příloha č. 3

#### Krátká forma dotazníku bolesti McGillovy univerzity (Opavský, 2006)

Deskriptor bolesti	0 – žádná	1 – mírná	2 – středně silná	3 – silná
1. tepavá (bušivá)				
2. vystřelující				
3. bodavá				
4. ostrá				
5. křečovitá				
6. hlodavá (jako zakousnutí)				
7. pálivá – palčivá				
8. tupá přetrvávající (bolavé, rozbolavělé)				
9. tíživá (těžká)				
10. citlivé (bolestivé) na dotyk				
11. jako by mělo prasknout (puknout)				
12. unavující – vyčerpávající				
13. protivná (odporná)				
14. hrozná (strašná)				
15. mučivá – krutá				

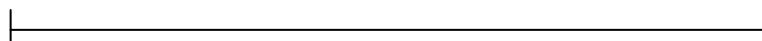
INTENZITA SOUČASNÉ BOLESTI (Present Pain Intensity – PPI):

0 – žádná, 1 – mírná, 2 – středně silná, 3 – silná, 4 – krutá, 5 – nesnesitelná.

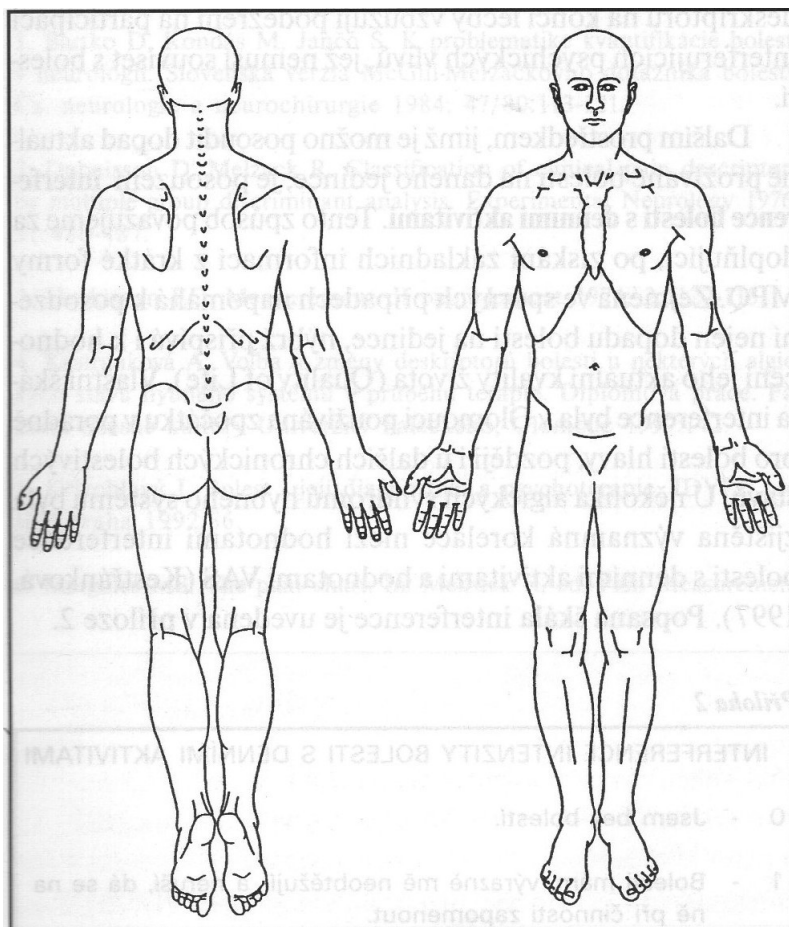
VIZUÁLNÍ ANALOGOVÁ ŠKÁLA

žádná bolest

nejvyšší možná bolest



MAPA BOLESTI (Opavský J., 1998)



## Příloha č. 4

### Dotazník interference bolestí s denními aktivitami (Opavský, 2006)

0	Jsem bez bolestí.
1	Bolesti mám, výrazně mě neobtěžují a neruší, dá se na ně při činnosti zapomenout.
2	Bolesti mám, nedá se od nich zcela odpoutat pozornost, nezabraňují však v provádění běžných denních a pracovních činností bez chyb.
3	Bolesti mám, nedá se od nich odpoutat pozornost, ruší v provádění i běžných denních činností, které jsou proto vykonávány s obtížemi a s chybami.
4	Bolesti mám, obtěžují tak, že i běžné denní činnosti jsou vykonávány jen s největším úsilím.
5	Bolesti jsou tak silné, že nejsem běžných činností vůbec schopen/-na, nutí mě vyhledávat úlevovou polohu, případně nutí až k ošetření u lékaře.

## Příloha č. 5

### The Roland-Morris Disability Questionnaire (Longo et al., 2010)

When your back hurts, you may find it difficult to do some things you normally do. This list contains sentences that people have used to describe themselves when they have back pain. When you read them, you may find that some stand out because they describe you today. As you read the list, think of yourself today. When you read a sentence that describes you today, put a tick against it. If the sentence does not describe you, then leave the space blank and go on to the next one. Remember, only tick the sentence if you are sure it describes you today.

	Yes	No
1. I stay at home most of the time because of my back.		
2. I change position frequently to try and get my back comfortable.		
3. I walk more slowly than usual because of my back.		
4. Because of my back I am not doing any of the jobs that I usually do around the house.		
5. Because of my back, I use a handrail to get upstairs.		
6. Because of my back, I lie down to rest more often.		
7. Because of my back, I have to hold on to something to get out of an easy chair.		
8. Because of my back, I try to get other people to do things for me.		
9. I get dressed more slowly than usual because of my back.		
10. I only stand for short periods of time because of my back.		
11. Because of my back, I try not to bend or kneel down.		
12. I find it difficult to get out a chair because of my back.		
13. My back is painful almost all the time.		
14. I find it difficult to turn over in bed because of my back.		
15. My appetite is not very good because of my back pain.		
16. I have trouble putting on my socks (or stockings) because of the pain in my back.		
17. I only walk short distances because of my back.		
18. I sleep less well on my back.		
19. Because of my back pain, I get dressed with help from someone else.		
20. I sit down most of the day because of my back.		
21. I avoid heavy jobs around the house because of my back.		
22. Because of my back pain, I am more irritable and bad tempered with people than usual.		
23. Because of my back, I go upstairs more slowly than usual.		
24. I stay in bed most of the time because of my back.		



## The Roland-Morris Disability Questionnaire – česká verze (MAPI, 2004)

Když Vás bolí v kříži, může být pro Vás obtížné dělat něco z toho, co běžně děláte. Tento seznam obsahuje věty, které lidé použili, aby popsali, jak jim je, když je bolí v kříži. Při jejich čtení můžete zjistit, že některé platí, protože popisují, jak se právě dnes cítíte. Při čtení seznamu uvažujte jen o tom, jak se cítíte dnes. Pokud čtete větu, která obsahuje Vaše dnešní pocity, zakřížkujte příslušné okénko. Pokud je věta nevystihuje, nechejte okénko prázdné a přejděte na další. Pamatujte, že máte zakřížkovat jen tu větu, o níž jste si jisti, že vystihuje Vaše dnešní pocity.

	Ano	Ne
1. Většinu dne zůstávám kvůli bolesti v kříži doma.		
2. Často měním polohu, abych našel/a tu, v níž se mému kříži nejvíce uleví.		
3. Kvůli bolesti v kříži chodím pomaleji než obvykle.		
4. Kvůli bolesti v kříži nevykonávám obvyklé domácí práce.		
5. Kvůli bolesti v kříži se do schodů přidržuji zábradlí.		
6. Kvůli bolesti v kříži polehávám častěji než obvykle, abych si odpočinul/a.		
7. Kvůli bolesti v kříži se musím něčeho přidržet, abych se zvedl/a z křesla.		
8. Kvůli bolestem v kříži se snažím, aby za mě věci udělali jiní.		
9. Kvůli bolestem v kříži se oblékám pomaleji než obvykle.		
10. Kvůli bolestem v kříži vydržím stát jen kratší dobu.		
11. Kvůli bolesti v kříži se snažím neohýbat se ani si neklekat.		
12. Je pro mne obtížné vstát kvůli bolesti v kříži ze židle.		
13. V kříži mne bolí téměř stále.		
14. Kvůli bolesti v kříži je pro mne těžké se obrátit v posteli.		
15. Kvůli bolesti v kříži nemám chuť k jídlu.		
16. Kvůli bolesti v kříži mi dělá potíže si natáhnout ponožky (punčochy).		
17. Kvůli bolesti v kříži ujdu jen krátkou vzdálenost.		
18. Kvůli bolesti v kříži spím méně než obvykle.		
19. Kvůli bolesti v kříži se oblékám s pomocí někoho druhého.		
20. Kvůli bolesti v kříži většinu dne prosedím.		
21. Kvůli bolesti v kříži se doma vyhýbám těžké práci.		
22. Kvůli bolesti v kříži jsem vůči ostatním podrážděnější a mám horší náladu než obvykle.		
23. Kvůli bolestem v kříži jdu do schodů pomaleji než obvykle.		
24. Kvůli bolestem v kříži proležím většinu dne v posteli.		

## Příloha č. 6

### The Oswestry Disability Index (version 2.0) (Longo et al., 2010)

Could you please complete this questionnaire. It is designed to give us information as to how your back (or leg) trouble has affected your ability to manage in everyday life. Please answer every section. Mark one box only in each section that most closely describes you today.

<b>Section 1: Pain intensity</b>
1. I have no pain at the moment. 2. The pain is very mild at the moment. 3. The pain is moderate at the moment. 4. The pain is fairly severe at the moment. 5. The pain is very severe at the moment. 6. The pain is very worst imaginable at the moment.
<b>Section 2: Personal care (washing, dressing, etc.)</b>
1. I can look after myself normally without causing extra pain. 2. I can look after myself normally but it is very painful. 3. It is painful to look after myself and I am slow and careful. 4. I need some help but I manage most of my personal care. 5. I need help every day in most aspects of self-care. 6. I do not get dressed, wash with difficulty and stay in bed.
<b>Section 3: Lifting</b>
1. I can lift heavy weights without extra pain. 2. I can lift heavy weights but it gives extra pain. 3. Pain prevents me from lifting heavy weights off the floor, but I can manage if they are conveniently positioned (e.g. on a table). 4. Pain prevents me from lifting heavy weights, but I can manage light-to-medium weights if they are conveniently positioned. 5. I can lift only very light weights. 6. I cannot lift or carry anything at all.
<b>Section 4: Walking</b>
1. Pain does not prevent me walking any distance. 2. Pain prevents me walking more than 1 mile. 3. Pain prevents me walking more than a quarter of a mile. 4. Pain prevents me walking more than 100 yards. 5. I can only walk using a stick or crutches. 6. I am in bed most of the time and have to crawl to the toilet.
<b>Section 5: Sitting</b>
1. I can sit in any chair as long as I like. 2. I can sit in my favourite chair as long as I like. 3. Pain prevents me sitting more than 1 h. 4. Pain prevents me from sitting more than half an hour. 5. Pain prevents me from sitting more than 10 min. 6. Pain prevents me from sitting at all.
<b>Section 6: Standing</b>
1. I can stand as long as I want without extra pain. 2. I can stand as long as I want but it gives me extra pain. 3. Pain prevents me from standing for more than 1 h. 4. Pain prevents me from standing for more than half an hour. 5. Pain prevents me from standing for more than 10 min. 6. Pain prevents me from standing at all.

<b>Section 7: Sleeping</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. My sleep is never disturbed by pain.</li> <li>2. My sleep is occasionally disturbed by pain.</li> <li>3. Because of pain I have less than 6 h sleep.</li> <li>4. Because of pain I have less than 4 h sleep.</li> <li>5. Because of pain I have less than 2 h sleep.</li> <li>6. Pain prevents me from sleeping at all.</li> </ol>
<b>Section 8: Sex life (if applicable)</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. My sex life is normal and causes no extra pain.</li> <li>2. My sex life is normal but causes some extra pain.</li> <li>3. My sex life is nearly normal but is very painful.</li> <li>4. My sex life is severely restricted by pain.</li> <li>5. My sex life is nearly absent because of pain.</li> <li>6. Pain prevents any sex life at all.</li> </ol>
<b>Section 9: Social life</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. My social life is normal and causes me no extra pain.</li> <li>2. My social life is normal but increases the degree of pain.</li> <li>3. Pain has no significant effect on my social life apart from lifting my more energetic interests (e.g. sport, etc.).</li> <li>4. Pain has restricted my social life and I do not go out as often.</li> <li>5. Pain has restricted social life to my home.</li> <li>6. I have no social life because of pain.</li> </ol>
<b>Section 10: Travelling</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. I can travel anywhere without pain.</li> <li>2. I can travel anywhere but it gives extra pain.</li> <li>3. Pain is bad but I manage journeys over 2 h.</li> <li>4. Pain restricts me to journeys of less than 1 h.</li> <li>5. Pain restricts me to short necessary journeys under 30 min.</li> <li>6. Pain restricts me from travelling except to receive treatment.</li> </ol>

## The Oswestry Disability Index – česká verze (verze 2.0) (Hájková<sup>1</sup>, 2010)

Vyplňte prosím tento dotazník. Je navržen tak, aby nám poskytl informace o tom, jak Vaše problémy se zády (s nohou) ovlivňují Vaši schopnost zvládat každodenní život. Odpovězte prosím na všechny části. Označte pouze jedno políčko v každé části, které Vás dnes nejvíce popisuje.

<b>Část 1: Intenzita bolesti</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Dnes nemám žádné bolesti.</li><li>2. Dnes mám mírné bolesti.</li><li>3. Dnes mám středně silné bolesti.</li><li>4. Dnes mám docela silné bolesti.</li><li>5. Dnes mám velmi silné bolesti.</li><li>6. Dnes mám nejhorší bolesti, jaké si lze představit.</li></ol>
<b>Část 2: Osobní péče (mytí, oblékání, apod.)</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mohu se o sebe normálně postarat, aniž by mi to způsobovalo neobvyklé bolesti.</li><li>2. Mohu se o sebe normálně postarat, ale způsobuje mi to velké bolesti.</li><li>3. Osobní péče mi způsobuje bolesti a musím ji provádět pomalu a opatrně.</li><li>4. Potřebuji trochu pomoci, ale většinu osobní péče zvládnou.</li><li>5. Potřebuji každý den pomoci s většinou úkonů osobní péče.</li><li>6. Neobléknu se, mytí mi způsobuje potíže a zůstávám v posteli.</li></ol>
<b>Část 3: Zvedání břemen</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mohu zvedat těžká břemena bez neobvyklých bolestí.</li><li>2. Mohu zvedat těžká břemena, ale způsobuje mi to neobvyklé bolesti.</li><li>3. Kvůli bolestem nemohu zvedat těžká břemena ze země, ale zvládnou to, pokud jsou vhodně položená (např. na stole).</li><li>4. Kvůli bolestem nemohu zvedat těžká břemena, zvládnou ale lehká až středně těžká břemena, pokud jsou vhodně položená.</li><li>5. Mohu zvedat pouze velmi lehká břemena.</li><li>6. Nemohu zvedat a nosit vůbec nic.</li></ol>
<b>Část 4: Chůze</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Bolest mi nebrání v chůzi na jakoukoli vzdálenost.</li><li>2. Bolest mi brání v chůzi delší než 1 km.</li><li>3. Bolest mi brání v chůzi delší než 0,5 km.</li><li>4. Bolest mi brání v chůzi delší 100 m.</li><li>5. Mohu chodit pouze s holí nebo s berlemi.</li><li>6. Většinu času strávím v posteli a na záchod musím dolézt po čtyřech.</li></ol>
<b>Část 5: Sezení</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mohu sedět na jakékoli židli, jak dlouho chci.</li><li>2. Mohu sedět ve své oblíbené židli, jak dlouho chci.</li><li>3. Kvůli bolestem nemohu sedět déle než 1 hodinu.</li><li>4. Kvůli bolestem nemohu sedět déle jak půl hodiny.</li><li>5. Kvůli bolestem nemohu sedět déle jak 10 minut.</li><li>6. Kvůli bolestem nemohu sedět vůbec.</li></ol>
<b>Část 6: Stání</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mohu stát, jak dlouho chci, bez neobvyklých bolestí.</li><li>2. Mohu stát, jak dlouho chci, ale způsobuje mi to neobvyklé bolesti.</li><li>3. Kvůli bolestem nemohu stát déle než 1 hodinu.</li><li>4. Kvůli bolestem nemohu stát déle než půl hodiny.</li><li>5. Kvůli bolestem nemohu stát déle než 10 minut.</li><li>6. Kvůli bolestem nemohu stát vůbec.</li></ol>

<sup>1</sup> Překlad dotazníku jsem převzala od Hájkové, 2010, ale provedla jsem některé formulační úpravy.

<b>Část 7: Spaní</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bolest mě nikdy nevyruší ze spánku.</li> <li>2. Bolesti mě občas vyruší ze spánku.</li> <li>3. Kvůli bolestem spím méně než 6 hodin.</li> <li>4. Kvůli bolestem spím méně než 4 hodiny.</li> <li>5. Kvůli bolestem spím méně než 2 hodiny.</li> <li>6. Kvůli bolestem nemohu vůbec spát.</li> </ol>
<b>Část 8: Sexuální život (je-li relevantní)</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Můj sexuální život je normální a nezpůsobuje mi neobvyklé bolesti.</li> <li>2. Můj sexuální život je normální, ale způsobuje mi určité neobvyklé bolesti.</li> <li>3. Můj sexuální život je skoro normální, ale způsobuje mi velké bolesti.</li> <li>4. Bolesti závažných způsobem omezují můj sexuální život.</li> <li>5. Kvůli bolestem můj sexuální život téměř neexistuje.</li> <li>6. Kvůli bolestem nemám vůbec žádný sexuální život.</li> </ol>
<b>Část 9: Společenský život</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Můj společenský život je normální a nezpůsobuje mi neobvyklé bolesti.</li> <li>2. Můj společenský život je normální, ale zvyšuje intenzitu mých bolestí.</li> <li>3. Bolesti nemají žádný závažný vliv na můj společenský život kromě toho, že mě omezují v namáhavějších zájmových činnostech (např. ve sportu, apod.).</li> <li>4. Bolesti omezily můj společenský život a nevycházím ven tak často.</li> <li>5. Kvůli bolestem se můj společenský život omezuje na můj domov.</li> <li>6. Kvůli bolestem nemám vůbec žádný společenský život.</li> </ol>
<b>Část 10: Cestování</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mohu cestovat kamkoli bez neobvyklých bolestí.</li> <li>2. Mohu cestovat kamkoli, ale způsobuje mi to neobvyklé bolesti.</li> <li>3. Bolesti jsou silné, ale zvládnou cesty trvající déle než 2 hodiny.</li> <li>4. Kvůli bolestem zvládnou pouze cesty trvající nejdéle hodinu.</li> <li>5. Kvůli bolestem zvládnou pouze nezbytné cesty trvající nejdéle 30 minut.</li> <li>6. Kvůli bolestem necestuji vůbec, s výjimkou cest nutných kvůli mému léčení.</li> </ol>

## Příloha č. 7

### The Quebec Back Pain Disability Scale (Longo et al., 2010)

This questionnaire is about the way your back pain affects your daily life. People with back problems may find it difficult to perform some of their daily activities. We would like to know if you find it difficult, because of your back, to perform any of the activities listed below. For each activity there is a scale that ranges from 0 (not difficult at all) to 5 (unable to do). Please choose the one response for each activity that best describes your current condition and place a check mark in the appropriate box. Please answer all of the questions.

Because of your back problems, how difficult do you find it today to.	<b>Not difficult at all</b>	<b>Minimally difficult</b>	<b>Somewhat difficult</b>	<b>Fairly difficult</b>	<b>Very difficult</b>	<b>Unable to do</b>
1. Get out of bed?						
2. Sleep through the night?						
3. Turn over in bed?						
4. Ride in a car?						
5. Stand up for 20-30 min?						
6. Sit in a chair for several hours?						
7. Climb one flight of stairs?						
8. Walk a few blocks (300-400 m)?						
9. Walk several miles?						
10. Reach up to high shelves?						
11. Throw a ball?						
12. Run one block (about 100 m)?						
13. Take food out of the refrigerator?						
14. Make your bed?						
15. Put on socks (pantyhose)?						
16. Bend over to clean the bathtub?						
17. Move a chair?						
18. Pull or push heavy doors?						
19. Carry two bags of groceries?						
20. Lift and carry a heavy suitcase?						

### The Quebec Back Pain Disability Scale – česká verze (vlastní překlad)

Tento dotazník je o tom, jak Vaše bolesti zad ovlivňují Váš každodenní život. Lidé, kteří mají problémy se zády, mohou obtížně provádět některé ze svých denních činností. Rádi bychom zjistili, zda je pro Vás obtížné provést některou z níže uvedených činností, kvůli Vaším bolestem zad. Pro každou činnost je stupnice, která se pohybuje od 0 (vůbec obtížné) po 5 (nelze to udělat). Prosím, vyberte jednu odpověď pro každou činnost, která nejlépe popisuje Váš současný stav, a zaškrtněte políčko v příslušném poli. Odpovězte, prosím, na všechny otázky.

Jak je to pro Vás dnes obtížné, vzhledem k Vaším problémům se zády?	Vůbec obtížné	Minimálně obtížné	Poněkud obtížné	Poměrně obtížné	Velmi obtížné	Nelze to udělat
1. Vstát z postele?						
2. Spát celou noc?						
3. Otočit se v posteli?						
4. Jízda v autě?						
5. Stát 20-30 min?						
6. Sedět na židli několik hodin?						
7. Chodit po schodech?						
8. Ujít 300-400 m?						
9. Ujít několik kilometrů?						
10. Dosáhnout do vysokých polic?						
11. Hodit míč?						
12. Běžet cca 100 m?						
13. Vzít potraviny z lednice?						
14. Ustlat si postel?						
15. Obléknout si ponožky (punčocháče)?						
16. Umýt vanu?						
17. Přesunout židli?						
18. Otevřít nebo zavřít těžké dveře?						
19. Nést dvě tašky s potravinami?						
20. Zvedání a přenášení těžkých břemen?						

## Příloha č. 8

### The Waddell Disability Index (Longo et al., 2010)

<b>Because of your back pain, which following limits do you have?</b>	<b>Yes</b>	<b>No</b>
1. Help required or avoid heavy lifting, i.e. 30-40 lbs, a heavy suitcase, or a 3-4-year-old child.		
2. Sitting limited to less than 1.5 h.		
3. Travelling in a car or bus limited to less than 1.5 h.		
4. Standing limited to less than 1.5 h.		
5. Walking limited to less than 1.5 h.		
6. Sleep disturbed regularly by low back pain, i.e. 2-3 times per week.		
7. Regularly miss or curtail social activities (excluding sports).		
8. Diminished frequency of sexual activity.		
9. Help regularly required with footwear (tights, socks or tying laces).		

### The Waddell Disability Index – česká verze (vlastní překlad)

<b>Které tyto limity máte, kvůli své bolesti zad?</b>	<b>Ano</b>	<b>Ne</b>
1. Potřebujete pomoc nebo se vyhýbáte zvedání těžkých břemen, tj. 15-20 kg těžkého břemene nebo 3-4 roky starého dítěte.		
2. Sezení je omezeno na méně než 1,5 h.		
3. Cestování v autě nebo autobusem je omezeno na méně než 1,5 h.		
4. Stání je omezeno na méně než 1,5 h.		
5. Chůze je omezena na méně než 1,5 h.		
6. Kvůli bolestem zad je pravidelně rušen spánek, tj. 2-3x týdně.		
7. Pravidelně si necháváte ujít nebo omezujete sociální aktivity (kromě sportu).		
8. Snížená frekvence sexuální aktivity.		
9. Potřebujete pravidelnou pomoc s obuví (punčocháče, ponožky nebo vázání tkaniček).		



## Příloha č. 9

### The Low Back Outcome Score (Longo et al., 2010)

Item	Answers	Scores
<i>Factors scoring 9 points</i>		
1. Current pain (VAS)	7 – 10	0
	5 – 6	3
	3 – 4	6
	0 – 2	9
2. Employment (housewives related to previous abilities)	Unemployed	0
	Part-time	3
	Full time, lighter	6
	Full time, original	9
3. Domestic chores	None	0
	A few but not many	3
	Most, or all but more slowly	6
	Normally	9
4. Sport/active social (dancing)	None	0
	Some-much less than before	3
	Back to previous level	9
<i>Factors scoring 6 points</i>		
1. Resting	Resting more than half the day	0
	Little rest needed, occasionally	4
	No need to rest	6
2. Treatment or consultation	More than once per month	0
	About once per month	2
	Rerely	4
	Never	6
3. Analgesia	Several times each day	0
	Almost every day	2
	Occasionally	4
	Never	6
4. Sex life	Severely affected (impossible)	0
	Moderately affected (difficult)	2
	Mild affected	4
	Unaffected	6
<i>Factors scoring 3 points</i>		
Sleeping, walking, sitting, travelling, dressing	Severely affected (impossible)	0
	Moderately affected (difficult)	1
	Mild affected	2
	Unaffected	3

**The Low Back Outcome Score – česká verze (vlastní překlad)**

<b>Položka</b>	<b>Odpovědi</b>	<b>Hodnocení</b>
<i>Faktory hodnocení 9 bodů</i>		
1. Aktuální bolest (VAS)	7 – 10 5 – 6 3 – 4 0 – 2	0 3 6 9
2. Zaměstnanost	Nezaměstnaný Částečný pracovní úvazek Plný úvazek, lehčí Plný úvazek, původní	0 3 6 9
3. Domácí práce	Žádné Málo Většina nebo všechny, ale pomaleji Normálně	0 3 6 9
4. Sport/aktivní společenský život (tanec)	Žádný Některé, ale méně než dříve Na předchozí úrovni (o stupeň níž)	0 3 9
<i>Faktory hodnocení 6 bodů</i>		
1. Odpočinek	Více než půl dne Malý odpočinek, občas Není třeba	0 4 6
2. Léčba nebo konzultace	Více než jednou za měsíc Asi jednou za měsíc Zřídka Nikdy	0 2 4 6
3. Léky proti bolesti	Několikrát každý den Téměř každý den Občas Nikdy	0 2 4 6
4. Sexuální život	Vážně ovlivněn (nemožný) Středně ovlivněn (obtížný) Mírně ovlivněn Přirozený	0 2 4 6
<i>Faktory hodnocení 3 body</i>		
Spaní, chůze, sezení, cestování, oblékání	Vážně ovlivněné/á (nemožné/á) Středně ovlivněné/á (obtížné/á) Mírně ovlivněné/á Přirozené/á	0 1 2 3

## Příloha č. 10

### The Clinical Back Pain Questionnaire (Longo et al., 2010)

1. In the last two weeks, for how many days did you suffer pain in the back or leg(s)? (please mark one answer)
None at all Between 1 and 5 days Between 6 and 10 days For more than 10 days
2. On the worst day during the last two weeks, how many painkilling tablets did you take? (please mark one answer)
None at all Less than 4 tablets Between 4 and 8 tablets Between 9 and 12 tablets More than 12 tablets
3. Is the pain made worse by any of the following? (please mark all answers that apply to you)
Coughing Sneezing Sitting Standing Bending Walking
4. Do any of the following movements ease the pain? (please mark all answers that apply to you)
Lying down Sitting down Standing Walking
5. In your right leg, do you have any pain in the following areas? (please mark all answers that apply to you)
Pain in the buttock Pain in the thigh Pain in the skin/calf Pain in the foot/ankle
6. In your left leg, do you have any pain in the following areas? (please mark all answers that apply to you)
Pain in the buttock Pain in the high Pain in the skin/calf Pain in the foot/ankle
7. Do you have any loss of feeling in your legs? (please mark one answer)
No Yes, just one leg Yes, both legs
8. In your right leg, do you have any weakness of loss of power in the following areas? (please mark all answers that apply to you)
The hip The knee The ankle The foot

9. In your left leg, do you have any weakness or loss of power in the following areas? (please mark all answers that apply to you)
The hip The knee The ankle The foot
10. If you were to try and bend forwards without bending your knees, how far down do you think you could bend before the pain stopped you? (please mark one answer)
I could touch the floor I could touch my ankles with the tips of my fingers I could touch my mid-thighs with the tips of my fingers I could touch my knees with the tips of my fingers I could not bend forward at all
11. On the worst night during the last 2 weeks, how badly was your sleep affected by the pain? (please mark one answer)
Not affected at all I didn't lose any sleep but needed tablets It prevented me from sleeping but I slept for more than 4 h I only had 2 – 4 h sleep I had less than 2 h sleep
12. On the worst day during the last 2 weeks, did the pain interfere with your ability to sit down? (please mark one answer)
I was able to sit in any chair as long as I liked I could only sit in my favourite chair as long as I liked Pain prevented me from sitting more than 1 h Pain prevented me from sitting more than 30 min Pain prevented me from sitting more than 15 min Pain prevented me from sitting at all
13. On the worst day during the last 2 weeks, did the pain interfere with your ability to stand? (please mark one answer)
I could stand as long as I wanted without extra pain I could stand as long as I wanted but it gave me extra pain Pain prevented me from standing more than 1 h Pain prevented me from standing more than 30 min Pain prevented me from standing more than 15 min Pain prevented me from standing at all
14. On the worst day during the last 2 weeks, did the pain interfere with your ability to walk? (please mark one answer)
Pain did not prevent me walking any distance Pain prevented me walking more than 1 mile Pain prevented me walking more than ½ mile Pain prevented me walking more than ¼ mile I can walk but less than ¼ mile I was unable to walk at all
15. In the last 2 weeks, did the pain prevent you from carrying out your work/housework and other daily activities? (please mark one answer)
No, not at all I could continue with my work, but my work suffered Yes, for 1 day Yes, for 2 – 6 days Yes, for more than 7 days
16. In the last 2 weeks, for how many days have you had to stay in bed because of the pain? (please mark one answer)
None at all

Between 1 and 5 days Between 6 and 10 days For more than 10 days
17. In the last 2 weeks, has your sex life been affected by your pain? (please mark one answer)
Not affected by the pain Mildly affected by the pain Moderately affected by the pain Severely affected by the pain Does not apply
18. In the last 2 weeks, have your leisure activities been affected by your pain (including sports, hobbies and social life)? (please mark one answer)
Not affected by the pain Mildly affected by the pain Moderately affected by the pain Severely affected by the pain Pain prevents any social life at all
19. In the last 2 weeks, has the pain interfered with your ability to look after yourself, e.g. washing, dressing, etc.? (please mark one answer)
Not at all Because of the pain, I needed some help looking after myself Because of the pain, I needed a lot of help looking after myself Because of the pain, I could not look after myself at all

### The Clinical Back Pain Questionnaire – česká verze (vlastní překlad)

1. Kolik dnů jste v posledních dvou týdnech trpěl/a bolestí v zádech nebo v noze (nohou)? (označte jednu odpověď)
Ani jeden Mezi 1 a 5 dní Mezi 6 a 10 dní Více než 10 dnů
2. Kolik tablet proti bolesti jste si vzal/a v nejhorší den v průběhu posledních dvou týdnů? (označte jednu odpověď)
Ani jednu Méně než 4 tablety Mezi 4 a 8 tabletami Mezi 9 a 12 tabletami Více než 12 tablet
3. Zhoršuje se bolest něčím s níže vyjmenovaných? (označte všechny odpovědi, které se na Vás vztahují)
Kašel Kýchání Sezení Stání Ohýbání Chůze
4. Zmírňují některé následující pohyby bolest? (označte všechny odpovědi, které se na Vás vztahují)
Lehnout si Sednout si Stání Chůze

5. Máte v pravé noze nějaké bolesti v těchto oblastech? (označte všechny odpovědi, které se na Vás vztahují)
Bolest v hýždí Bolest ve stehně Bolest v kůži/lýtku Bolest v noze/kotníku
6. Máte v levé noze nějaké bolesti v těchto oblastech? (označte všechny odpovědi, které se na Vás vztahují)
Bolest v hýždí Bolest ve stehně Bolest v kůži/lýtku Bolest v noze/kotníku
7. Máte ztrátu citu v nohou? (označte jednu odpověď)
Ne Ano, v jedné noze Ano, v obou nohách
8. Máte v pravé končetině nějakou ztrátu síly v následujících oblastech? (označte všechny odpovědi, které se na Vás vztahují)
Kyčel Koleno Kotník Noha
9. Máte v levé končetině nějakou ztrátu síly v následujících oblastech? (označte všechny odpovědi, které se na Vás vztahují)
Kyčel Koleno Kotník Noha
10. Pokud byste se vyzkoušel/a ohnout dopředu bez pokrčení kolen, jak daleko myslíte, že byste se mohl/a ohnout, než by Vás bolest zastavila? (označte jednu odpověď)
Mohl/a bych se dotknout podlahy Mohl/a bych se dotknout kotníků špičkami mých prstů Mohl/a bych se dotknout lýtek špičkami mých prstů Mohl/a bych se dotknout kolen špičkami mých prstů Nemohl/a bych se ohnout vůbec
11. Jak byl ovlivněn Váš spánek bolestí v nejhorší noc během posledních dvou týdnů? (označte jednu odpověď)
Nebyl vůbec dotčen Ovlivněn nebyl, ale vzal/a jsem si tablety Byl ovlivněn, ale spal jsem více než 4 hodiny Spal/a jsem jen 2 – 4 hodiny Spal/a jsem méně než 2 hodiny
12. Zasahovala bolest do Vaší schopnosti se posadit/sedět v nejhorší den v průběhu posledních dvou týdnů? (označte jednu odpověď)
Byl/a jsem schopen/a sedět v jakékoli židli tak dlouho, jak se mi líbilo Mohl/a jsem sedět jen v mém oblíbeném křesle tak dlouho, jak se mi líbilo Bolest mi bránila sedět více než 1 hodinu Bolest mi bránila sedět více než 30 minut Bolest mi bránila sedět více než 15 minut Kvůli bolesti jsem nemohl/a sedět vůbec
13. Zasahovala bolest do Vaší schopnosti stát v nejhorší den v průběhu posledních dvou týdnů? (označte jednu odpověď)
Mohl/a jsem stát tak dlouho, jak jsem chtěl/a, bez dalších bolestí Mohl/a jsem stát tak dlouho, jak jsem chtěl/a, ale měl/a jsem bolesti

	<p>Bolest mi bránila stát více než 1 hodinu  Bolest mi bránila stát více než 30 minut  Bolest mi bránila stát více než 15 minut  Kvůli bolesti jsem nemohl/a stát vůbec</p>
14.	<p>Zasahovala bolest do Vaší schopnosti chůze v nejhorší den v průběhu posledních dvou týdnů? (označte jednu odpověď)</p>
	<p>Bolest mi nebránila chodit na jakékoli vzdálenosti  Bolest mi bránila v chůzi delší než 1 míle  Bolest mi bránila v chůzi delší než ½ míle  Bolest mi bránila v chůzi delší než ¼ míle  Můžu chodit, ale méně než ¼ míle  Nebyla jsem schopena/a chodit vůbec</p>
15.	<p>Bránila Vám bolest v posledních dvou týdnech v provádění své práce/domácí práce a dalších denních aktivit? (označte jednu odpověď)</p>
	<p>Ne, vůbec ne  Mohl/a jsem pokračovat s mou prací, ale nebyla udělána dobře  Ano, na 1 den  Ano, na 2 až 6 dnů  Ano, na více než 7 dní</p>
16.	<p>Kolik dní jste během posledních dvou týdnů musel/a zůstat v posteli kvůli bolesti? (označte jednu odpověď)</p>
	<p>Ani jeden  Mezi 1 a 5 dny  Mezi 6 a 10 dny  Více než 10 dní</p>
17.	<p>Byl v posledních dvou týdnech kvůli bolesti ovlivněn Váš sexuální život? (označte jednu odpověď)</p>
	<p>Nebyl ovlivněn bolestí  Mírně ovlivněn bolestí  Středně ovlivněn bolestí  Vážně ovlivněn bolestí  Nebyl možný</p>
18.	<p>Byly v posledních dvou týdnech ovlivněny bolestí Vaše volnočasové aktivity (včetně sportu, koníčků a společenského života)? (označte jednu odpověď)</p>
	<p>Nebyly ovlivněny bolestí  Mírně ovlivněny bolestí  Středně ovlivněny bolestí  Vážně ovlivněny bolestí  Bolest zabraňuje společenskému životu vůbec</p>
19.	<p>Ovlivnila bolest během posledních dvou týdnů Vaši schopnost postarat se sama o sebe, např. mytí, oblékání, atd.? (označte jednu odpověď)</p>
	<p>Vůbec  Vzhledem k bolesti jsem potřeboval/a nějakou pomoc s péčí o sebe  Vzhledem k bolesti jsem potřeboval/a hodně pomoci s péčí o sebe  Vzhledem k bolesti jsem nemohl/a o sebe pečovat vůbec</p>

## Příloha č. 11

### Kazuistika I

Pracoviště: KRL 1. LF UK a VFN

Datum: 13. 3. 13

Pacient/ka: č. 1

Pohlaví: žena

Diagnóza: Chronické lumbalgie bez jasné kořenové iritace

Ročník narození: 1961

---

#### Anamnéza:

RA: sestra – diskopatie

OA:

- Úrazy: neguje
- Operace: operace děložního čípku
- Zobrazovací vyšetření: RTG LS páteře – osteochondróza L5/S1; MRI – spondylóza ThL páteře, bulging disků L3/L4 až L5/S1, vyklenující ploténky jsou v kontaktu s durálním vakem, okolo segmentu L3/4 masivní volný sekvestr
- Abúzus: alkohol příležitostně, kouření – 13 denně, drogy neguje
- Sport a záliby: nesportuje

AA: neguje

FA: Betaserc

GA: od 6/12 nemenstruuje, perimenopauza, porod 0

PA: kancelářská práce, u PC

SA: žije s manželem v bytě 2+1 v 2. patře bez výtahu; používá speciální vložky do bot, jinak bez kompenzačních pomůcek; zcela soběstačná

NO: Pacientka v současnosti trpí bolestmi dolní části zad, ale menší intenzity než dříve. Bolest hodnotí jako bodavou, občas pociťuje parestezie a křeče do L DKK. Dále popisuje periklimatické obtíže.

Status praesens: pacientka od ledna 2013 pravidelně dochází na fyzioterapii na KRL; orientovaná místem, častem i osobou; spolupracuje; výška – 178 cm, váha – 70 kg; BMI = 22, 1; pravák

Red flags: vyloučeny

Bolest: Současnou bolest pacientka popisuje mírné intenzity v oblasti bederní páteře s občasnými paresteziemi a křečemi v L DKK. Bolest je spíše tupá, občas bodavá. Pacientka trpí chronickými bolestmi cca 20 let, ataky cca 3 – 4x za rok. Bolest se zhoršuje při delším stání či sezení a při práci v předklonu. Bolest se naopak zmírní, když si pacientka lehne. Nočními bolestmi netrpí.

#### Vyšetření fyzioterapeutem:

##### 1) Aspekci:

- acyanóza, anikterus, bez hematomů, dekubitů, otoků, varixů, jizev, hydratace v normě, vyrážka na zádech
- hodnocení postavy – vyšetření statické



- zezadu: mírné valgózní postavení pat, lehká dextrokonvexní skolióza, prominující lopatky, elevace P ramene
- zboku: pedes transversoplani bilat., hallux rigidus bilat., plošší Th páteř, hlava a obě ramena v mírné protrakci
- zepředu: ZR postavení L kyčle, rotace trupu vlevo
- hodnocení postavy – vyšetření dynamické
  - páteř – Schoberova vzdálenost (+ 4 cm)
    - Stiborova vzdálenost (+ 6 cm)
    - Thomayerova vzdálenost (+ 2 cm)
    - lateroflexe (+ 10 cm nad podkolenními rýhami bilat.)
  - pánev – symetrická

## 2) Palpací:

- měkké tkáně – tuhé podkoží v oblasti bederní páteře, bolestivý m. piriformis bilat. a úpon adduktorů kyčelního kloubu bilat.
- svalový tonus – hypertonus paravertebrálních svalů bilat. v lumbální krajině

## 3) Vyšetření stoje:

- Trendelenburgova zkouška: bpn
- Rombergův test (I, II, III): bpn
- stoj na dvou vahách: P DKK – 37 kg, L DKK 33 kg

## 4) Vyšetření chůze:

- rytmus chůze pravidelný, délka kroku symetrická
- odvíjení nohy od podložky bpn
- zvládá i chůzi po špičkách a po patách (subj. horší sin.)
- používá speciální vložky do bot, jinak bez KP

## 5) Antropometrie DKK:

- délka DKK – funkční: L – 98 cm, P – 98 cm
  - anatomická: L – 88 cm, P – 88 cm

## 6) Kloubní rozsahy (goniometrie) DKK:

- vyšetřeny pouze orientačně na obou DKK v těchto kloubech: Kyk, Kok, hlezenní kl. a vzájemně porovnány
- v žádném z vyšetřovaných kloubů nebylo zjištěno výrazné omezení

## 7) Vyšetření hypermobility:

- bederní páteř – flexe (A)
  - lateroflexe (viz vyšetření aspektů – páteř)
- zkouška posazení na paty (A)
- kolenní kloub – hyperextenze (A)

pozn.: hodnocení: A – fyziologický stav, B – lehká hypermobilita, C – výrazná hypermobilita

## 8) Vyšetření svalové síly (svalový test dle Jandy)

Část těla	Pohyb	P strana	L strana	
trup	flexe			4
	flexe s rotací	4	4	
	extenze			4

pánev	elevace	5	5	
kyčelní kloub	flexe	5	4	
	extenze	5	4	
	abdukce	5	5	
	abdukce	5	4	
	zevní rotace	4	4	
	vnitřní rotace	4	4	

Pozn.: hodnocení: st. 0 – nedochází ke stahu, st. 1 – zřetelný svalový záškub, st. 2 – pohyb s vyloučením gravitace, st. 3 – pohyb v plném rozsahu proti gravitaci, st. 4 – pohyb proti středně velkému odporu, st. 5 – pohyb proti značnému odporu

### 9) Vyšetření zkrácených svalů:

sval	P strana	L strana
mm. erectores trunci	0	0
m. quadratus lumborum	1	1
m. piriformis	0	0
mm. adductores longi	1	1
mm. adductores brevis	0	0
m. iliopsoas	1	1
m. rectus femoris	1	1
m. tensor fasciae latae	1	1
hamstringy	0	0

Pozn.: hodnocení: 0 – nejde o zkrácení, 1 – malé zkrácení, 2 – velké zkrácení

### 10) Vyšetření pohybových stereotypů dle Jandy:

- extenze v kyčelním kloubu – nejprve se kontrahovaly ischiokrurální svaly, poté m. gluteus maximus a nakonec kontralaterální a ipsilaterální paravertebrální svaly; na obou DKK shodně
- abdukce v kyčelním kloubu – pohyb nebyl prováděn přesně ve frontální rovině, ale byla patrná lehká FX v Kyk na obou DKK
- flexe trupu – při tomto stereotypu pacientka zvedla DKK

### 11) Neurologické vyšetření:

- vyšetření čítí
  - povrchové – hypstezie na prstech L DKK
  - hluboké – bpn
- vyšetření proprioceptivních reflexů (L2 – S2) – symetricky živé
- pyramidové jevy
  - zánikové (Mingazzini) i iritační (Babinski, Chaddock) – bpn
- kořenové dráždění
  - Laségueův manévr – P DKK 90° negativní, L DKK s DF nohy 70°
  - obrácený Laségue – negativní

### Závěr vyšetření:

Chronické lumbalgie bez jasné kořenové iritace. Příčné plochonoží, hallux rigidus bilat, lehká dextrokonvexní skolióza. Omezené rozvíjení bederní páteře, přetížené paravertebrální svaly, chybné pohybové stereotypy. Pacientka popisuje bolesti v oblasti bederní páteře již za mírné, které ji výrazně neomezují v provádění běžných činností.

## Příloha č. 12

### Kazuistika II

Pracoviště: KRL 1. LF UK a VFN

Datum: 18. 3. 13

Pacient/ka: č. 2

Pohlaví: žena

Diagnóza: Lumbago

Stenóza páteřního kanálu v segmentech L4/5

Ročník narození: 1940

---

#### Anamnéza:

RA: sestra – Sjögnerův sy., matka – ulcerózní kolitida, dcera – hyperplasie dřeně nadledvin

OA: vrozená luxace obou Kyk, osteoporóza, od r. 2007 zjištěna revmatoidní artritida

- Úrazy: neguje
- Operace: neguje
- Zobrazovací vyšetření: MRI 1/13 – stenóza páteřního kanálu zejm. v segmentech L4/5 na podkladě olistězy L4 (8 mm) a levostranné dorzolaterální herniace disku; spondylartróza – synoviální cysta vycházející z facetového kloubu L4/5 vpravo; protruze L3/4; Tarlovovy cysty bilat v úrovni S2
- Abúzus: nekouří, nepije, káva ne, drogy ne
- Sport a záliby: nesportuje

AA: Biseptol

FA: Prednison, Metotrexat, Agen, Remicade, Risendronat

GA: od 50 let menopauza, porod 1

PA: Histologický ústav LF UK

SA: žije s manželem v bytě ve zvýšeném přízemí, cca 15 schodů; používá bederní pás, jinak bez kompenzačních pomůcek; soběstačná

NO: Pacientka trpí bolestmi dolní části zad cca 5 let, v lednu tohoto roku se potíže bez vyvolávajícího momentu zhoršily. Bolest se propaguje i do levého Kyk. Od r. 2007 diagnostikována revmatoidní artritida. Dále pacientka trpí osteoporózou.

Status praesens: pacientka orientovaná místem, časem i osobou; spolupracuje; výška – 163 cm, váha – 56 kg; BMI = 21, 1; pravák

Red flags: vyloučeny

Bolest: Současnou bolest pacientka popisuje mírné intenzity, která jí výrazně nebrání v provádění běžných činností. Bolest je vystřelující, tupá a mírně vyčerpávající. Chůze a ohýbání bolest zhoršují, naopak při lehu se bolesti zmírní. Nočními bolestmi pacientka netrpí.

#### Vyšetření fyzioterapeutem:

##### 1) Aspekci:

- acyanóza, anikterus, bez hematomů, dekubitů, otoků, jizev; varixy na obou DKK klidné; hydratace v normě

- hodnocení postavy – vyšetření statické
  - zezadu: genua valga, elevace P ramene
  - zboku: pedes plani et transversoplani bilat., hallux rigidus bilat., hyperkyfóza Th páteře, hlava a obě ramena v protrakci
  - zepředu: zhruběla kresba Kok, prominující žeberní oblouky bilat.
- hodnocení postavy – vyšetření dynamické
  - páteř – Schoberova vzdálenost (+ 3 cm)
    - Stiborova vzdálenost (+ 6 cm)
    - Thomayerova vzdálenost (0)
    - lateroflexe (+ 4 cm nad podkolenní rýhy bilat.)
  - pánev – mírně šikmá pánev; P SIAS je níže než L SIAS a taktéž P SIPS je níže než L SIPS

## 2) Palpací:

- měkké tkáně – tuhé podkoží v oblasti bederní páteře
- svalový tonus – hypertonus m. piriformis bilat.

## 3) Vyšetření stoje:

- Trendelenburgova zkouška: bpn
- Rombergův test (I, II, III): bpn
- stoj na dvou vahách: P DKK – 29 kg, L DKK – 27 kg

## 4) Vyšetření chůze:

- kolébavá chůze, bez asymetrií, pomalejší frekvence chůze
- odvíjení nohy od podložky bpn
- zvládá i chůzi po špičkách a po patách

## 5) Antropometrie DKK:

- délka DKK – funkční: L – 85 cm, P – 84 cm
  - anatomická: L – 73 cm, P – 72 cm

## 6) Kloubní rozsahy (goniometrie) DKK:

- vyšetřeny pouze orientačně na obou DKK v těchto kloubech: Kyk, Kok, hlezenní kl. a vzájemně porovnány
- v L Kyk bylo zjištěno omezení v rozsahu pohybu cca o 1/3 kvůli bolesti

## 7) Vyšetření hypermobility:

- bederní páteř – flexe (A)
  - lateroflexe (A)
- zkouška posazení na paty (A)
- kolenní kloub – hyperextenze (A)

pozn.: hodnocení: A – fyziologický stav, B – lehká hypermobilita, C – výrazná hypermobilita

## 8) Vyšetření svalové síly (svalový test dle Jandy)

Část těla	Pohyb	P strana	L strana	
trup	flexe			3
	flexe s rotací	3	3	
	extenze			4
pánev	elevace	5	4	

kyčelní kloub	flexe	4	3	
	extenze	4	4	
	abdukce	5	4	
	abdukce	4	4	
	zevní rotace	4	4	
	vnitřní rotace	4	4	

Pozn.: hodnocení: st. 0 – nedochází ke stahu, st. 1 – zřetelný svalový záškub, st. 2 – pohyb s vyloučením gravitace, st. 3 – pohyb v plném rozsahu proti gravitaci, st. 4 – pohyb proti středně velkému odporu, st. 5 – pohyb proti značnému odporu

### 9) Vyšetření zkrácených svalů:

sval	P strana	L strana
mm. erectores trunci	1	1
m. quadratus lumborum	1	1
m. piriformis	1	1
mm. adductores longi	0	0
mm. adductores brevis	0	0
m. iliopsoas	1	1
m. rectus femoris	1	1
m. tensor fasciae latae	1	1
hamstringy	0	0

Pozn.: hodnocení: 0 – nejde o zkrácení, 1 – malé zkrácení, 2 – velké zkrácení

### 10) Vyšetření pohybových stereotypů dle Jandy:

- extenze v kyčelním kloubu – současně se kontrahoval m. gluteus maximus a ischiokrurální svaly, poté ipsilaterální a kontralaterální paravertebrální svaly a zapojily se i svaly horního trupu, na obou DKK shodně
- abdukce v kyčelním kloubu – pohyb nebyl prováděn přesně ve frontální rovině, ale byla patrná výrazná FX v Kyk na obou DKK
- flexe trupu – pacientka lehce překlátila pánev a zvedla paty nad podložku

### 11) Neurologické vyšetření:

- vyšetření cití
  - povrchové – hypestezie na noze L DKK
  - hluboké – bpn
- vyšetření propioceptivních reflexů (L2 – S2) – symetricky živé
- pyramidové jevy
  - zánikové (Mingazzini) i iritační (Babinski, Chaddock) – bpn
- kořenové dráždění
  - Laségueův manévr – 90° negativní bilat.
  - obrácený Laségue – negativní

### Závěr vyšetření:

Lumbago bez radikulární iritace, osteoporóza a revmatoidní artritida. Příčně i podélně plochá noha a kladívkové prsty. Hyperkyfóza hrudní páteře a výrazná protrakce hlavy. Omezené rozvíjení bederní páteře. P DKK kratší v důsledku vrozené luxace Kyk. Omezený rozsah L Kyk z důvodu bolestivosti. Špatné pohybové stereotypy. Bolesti popisovány jako mírné.

## Příloha č. 13

### Kazuistika III

Pracoviště: KRL 1. LF UK a VFN

Datum: 18. 3. 13

Pacient/ka: č. 3

Pohlaví: muž

Diagnóza: Lumbalgie s radikulární symptomatologií S1 sin.

Ročník narození: 1979

---

#### Anamnéza:

RA: vzhledem k diagnóze nevýznamná

OA: vážněji nestonal, hluchota vlevo – cca 5let, poškození nervu neznámé etiologie

- Úrazy: r. 2011 pád na kostrč
- Operace: neguje
- Zobrazovací vyšetření: RTG LS páteře – ploténky beze změn, incipientní deformovaná spondylosa; plánovaná MRI
- Abúzus: alkohol příležitostně, nekouří, káva – 2x denně, drogy ne
- Sport a záliby: 1x týdně nohejbal

AA: prach, pyly, srst

FA: Tramal, Olfen, Diclofenac, Ibuprofen

PA: truhlář

SA: žije s manželkou v bytě v přízemí, ale cestou do domu je cca 50 schodů; používá bederní pás, jinak bez kompenzačních pomůcek; soběstačný

NO: Pacient od 9/12 dochází na fyzioterapii pro lumbalgie s radikulární iritací S1 sin. Vyvolávací moment nejasný. Bolest je v oblasti beder a propaguje se do L DKK (kyčel, lýtko na zadní straně). Pacient má pocit třesu HKK. Jiné obtíže nepopisuje.

Status praesens: pacient orientovaná místem, častem i osobou; spolupracuje; výška – 183 cm, váha – 83 kg; BMI = 24, 8; pravák

Red flags: vyloučeny

Bolest: Bolest v kříži pacient popisuje menší intenzity, než bolest v L DKK. Nejvíce je bolestivé L lýtko. Bolest L lýtko předcházela bolesti beder. Bolesti se zhoršují při stožení a sedu. Úlevovou polohu pacient nemá. Spí s analgetikem (ibuprofen).

#### Vyšetření fyzioterapeutem:

##### 1) Aspekci:

- acyanóza, anikterus, bez hematomů, dekubitů, otoků, jizev, varixů; hydratace v normě
- hodnocení postavy – vyšetření statické
  - zezadu: prominující lopatky, elevace P ramene
  - zboku: pedes plani I. st. et transversoplani bilat.; hypertonus paravertebrálních svalů; kyfotizace CTh přechodu
  - zepředu: bpn
- hodnocení postavy – vyšetření dynamické

- páteř – Schoberova vzdálenost (nelze vyšetřit, pacient se kvůli bolesti nepředkloní)
  - Stiborova vzdálenost (nelze vyšetřit, pacient se kvůli bolesti nepředkloní)
  - Thomayerova vzdálenost (ke kolenům, kvůli bolesti)
  - lateroflexe (+ 6 cm nad podkolenní rýhy bilat.)
- pánev – symetrická, bolestivá kostrč

## 2) Palpací:

- měkké tkáně – tuhé podkoží v oblasti bederní i hrudní páteře
- palpáce meziobratlových prostor LS páteře citlivá
- svalový tonus – hypertonus paravertebrálních svalů bilat. až do střední Th páteře, v dolní etáži více vpravo, v horní naopak vlevo; TrP v oblasti tractus iliotibialis vlevo

## 3) Vyšetření stoje:

- Trendelenburgova zkouška: bpn
- Rombergův test (I, II, III): bpn
- stoj na dvou vahách: P DKK – 39 kg, L DKK – 44 kg

## 4) Vyšetření chůze:

- chůze s nepatrným odlehčením L DKK
- rytmus chůze pravidelný, délka kroku symetrická
- odvíjení nohy od podložky bpn
- zvládá chůzi po špičkách (horší L) a po patách

## 5) Antropometrie DKK:

- délka DKK – funkční: L – 98 cm, P – 98 cm  
– anatomická: L – 89 cm, P – 89 cm

## 6) Kloubní rozsahy (goniometrie) DKK:

- vyšetřeny pouze orientačně na obou DKK v těchto kloubech: Kyk, Kok, hlezenní kl. a vzájemně porovnány
- v Kok a hlezenních kl. a P Kyk nebylo zjištěno omezení v rozsahu pohybu, v L Kyk byl rozsah pohybu kvůli bolesti cca o ¼ omezen

## 7) Vyšetření hypermobility:

- bederní páteř – flexe (nelze vyšetřit, pacient se kvůli bolesti nepředkloní)  
– lateroflexe (A)
- zkouška posazení na paty (A)
- kolenní kloub – hyperextenze (A)

pozn.: hodnocení: A – fyziologický stav, B – lehká hypermobilita, C – výrazná hypermobilita

## 8) Vyšetření svalové síly (svalový test dle Jandy)

Část těla	Pohyb	P strana	L strana	
trup	flexe			4
	flexe s rotací	4	4	
	extenze			5
pánev	elevace	5	4	

kyčelní kloub	flexe	5	4	
	extenze	5	4	
	abdukce	5	4	
	abdukce	5	4	
	zevní rotace	5	4	
	vnitřní rotace	5	4	

Pozn.: hodnocení: st. 0 – nedochází ke stahu, st. 1 – zřetelný svalový záškub, st. 2 – pohyb s vyloučením gravitace, st. 3 – pohyb v plném rozsahu proti gravitaci, st. 4 – pohyb proti středně velkému odporu, st. 5 – pohyb proti značnému odporu

### 9) Vyšetření zkrácených svalů:

sval	P strana	L strana
mm. erectores trunci	1	1
m. quadratus lumborum	1	1
m. piriformis	0	0
mm. adductores longi	1	1
mm. adductores brevis	0	0
m. iliopsoas	0	0
m. rectus femoris	0	0
m. tensor fasciae latae	0	1
hamstringy	0	nelze vyšetřit, Laségue – 30°

Pozn.: hodnocení: 0 – nejde o zkrácení, 1 – malé zkrácení, 2 – velké zkrácení

### 10) Vyšetření pohybových stereotypů dle Jandy:

- extenze v kyčelním kloubu – nejprve se kontrahovaly kontralaterální a ipsilaterální paravertebrální svaly, poté m. gluteus max. a hamstringy; na obou DKK shodně
- abdukce v kyčelním kloubu – pohyb nebyl prováděn přesně ve frontální rovině, byla patrná lehká FX a ZR v Kyk; na L DKK výrazněji
- flexe trupu – bpn

### 11) Neurologické vyšetření:

- vyšetření cití
  - povrchové – bpn
  - hluboké – bpn
- vyšetření proprioceptivních reflexů (L2 – S2) – symetricky živé
- pyramidové jevy
  - zánikové (Mingazzini) i iritační (Babinski, Chaddock) – bpn
- kořenové dráždění
  - Laségueův manévr – L DKK 30°, P DKK 90° negativní
  - obrácený Laségue – negativní

### Závěr vyšetření:

Lumbalgie s radikulární iritací S1 sin., bolestivá kostrč po pádu. Hypertonus paravertebrálních svalů. Pozitivní Laségue vlevo – 30°. Špatné pohybové stereotypy. Bolesti střední intenzity v L lýtku a mírné intenzity v kříži.



## Příloha č. 14

### Kazuistika IV

Pracoviště: KRL 1. LF UK a VFN

Datum: 21. 3. 13

Pacient/ka: č. 4

Pohlaví: žena

Diagnóza: Chronický polytopní vertebrogenní algický syndrom (VAS)  
Lumbalgie

Ročník narození: 1959

---

#### Anamnéza:

RA: vzhledem k dg. nevýznamná

OA: vážněji nestonala

- Úrazy: úraz na lyžích, poranění L kolene; r. 2005 – fraktura zápěstí P HK;  
r. 2006 – fraktura lokte L HK; r. 2007 – fraktura zápěstních kůstek P HK
- Operace: 9/09 náhrada ploténky C6/C7; 1/12 st. p. hysterectomii
- Zobrazovací vyšetření: dle RTG – koxartróza I. st. dx., I.-II. st. sin.,  
retrospodylolistéza L5 o 6 mm; dle MRI – výhřezy  
plotének polyetážově Cp a Lp, centální protruze disku  
L4/L5, levostranná protruze L5/S1
- Abúzus: nekouří, nepije, káva 2x denně, drogy ne
- Sport a záliby: sport rekreačně

AA: neguje

FA: aulin, myolastan

GA: 1/12 st. p. hysterectomii pro metrorhagie, menopauza, 2x spontánní porod

PA: úřednice, sedavé zaměstnání

SA: žije s manželem v bytě 3+1 ve 4. patře s výtahem; používá ortopedické vložky,  
jinak bez kompenzačních pomůcek; soběstačná

NO: Pacientka trpí chronickým polytopním VAS. Bolesti dolní části zad trvají cca 10  
let, v říjnu minulého roku se potíže bez vyvolávajícího momentu zhoršily. Bolest  
se propaguje i do levého třísla. Jiné obtíže pacientka nepopisuje.

Status praesens: pacientka orientovaná místem, časem i osobou; spolupracuje; výška –  
166 cm, váha – 62 kg; BMI = 22, 5; pravák

Red flags: vyloučeny

Bolest: Současnou bolest pacientka popisuje silné intenzity, která iradiuje do L třísla.  
Bolest pacientka hodnotí jako bodavou, vyčerpávající a poslední 3 měsíce permanentní.  
Ohýbání bolest zhoršují. Úlevová poloha je vleže na zádech s pokrčenými DKK.  
Nočními bolestmi pacientka netrpí. Bolest ji omezuje v běžných činnostech, ale  
soběstačná.

#### Vyšetření fyzioterapeutem:

##### 1) Aspekci:

- acyanóza, anikterus, bez hematomů, dekubitů, otoků, varixů; jizva po operaci  
Cp cca 7 cm, klidná, dobře posunlivá; hydratace v normě

- hodnocení postavy – vyšetření statické
  - zezadu: asymetrické taile, elevace L ramene
  - zboku: pedes transversoplani bilat., hyperlordóza L páteře, vyhlazená hrudní kyfóza, obě ramena v protrakci
  - zepředu: oslabená břišní stěna, ochablé držení hlavy
- hodnocení postavy – vyšetření dynamické
  - páteř – Schoberova vzdálenost (+ 4 cm)
    - Stiborova vzdálenost (+ 7 cm)
    - Thomayerova vzdálenost (+ 2 cm)
    - lateroflexe (do oblasti podkolenních rýh bilat.)
  - pánev – mírně šikmá pánev; L SIAS je níže než P SIAS a taktéž L SIPS je níže než P SIPS

## 2) Palpací:

- měkké tkáně – tuhé podkoží v oblasti bederní páteře
- svalový tonus – hypertonus paravertebrálních svalů bilat. až do oblasti Th páteře, hypotonus svalů břišních

## 3) Vyšetření stoje:

- Trendelenburgova zkouška: bpn
- Rombergův test (I, II, III): bpn
- stoj na dvou vahách: P DKK – 32 kg, L DKK – 30 kg

## 4) Vyšetření chůze:

- rytmus chůze pravidelný, délka kroku symetrická
- odvíjení nohy od podložky bpn
- chůze po špičkách a po patách

## 5) Antropometrie DKK:

- délka DKK – funkční: L – 86 cm, P – 87 cm
  - anatomická: L – 75 cm, P – 75 cm

## 6) Kloubní rozsahy (goniometrie) DKK:

- vyšetřeny pouze orientačně na obou DKK v těchto kloubech: Kyk, Kok, hlezenní kl. a vzájemně porovnány
- v obou Kyk bylo zjištěno omezení v rozsahu pohybu cca o 1/4 kvůli počínající koxartróze

## 7) Vyšetření hypermobility:

- bederní páteř – flexe, lateroflexe (A)
- zkouška posazení na paty (A)
- kolenní kloub – hyperextenze (A)

pozn.: hodnocení: A – fyziologický stav, B – lehká hypermobilita, C – výrazná hypermobilita

## 8) Vyšetření svalové síly (svalový test dle Jandy)

Část těla	Pohyb	P strana	L strana	
trup	flexe			4
	flexe s rotací	4	4	
	extenze			5

pánev	elevace	4	4	
kyčelní kloub	flexe	5	5	
	extenze	4	4	
	abdukce	5	4	
	abdukce	4	4	
	zevní rotace	4	4	
	vnitřní rotace	4	4	

Pozn.: hodnocení: st. 0 – nedochází ke stahu, st. 1 – zřetelný svalový záškub, st. 2 – pohyb s vyloučením gravitace, st. 3 – pohyb v plném rozsahu proti gravitaci, st. 4 – pohyb proti středně velkému odporu, st. 5 – pohyb proti značnému odporu

### 9) Vyšetření zkrácených svalů:

sval	P strana	L strana
mm. erectores trunci	1	1
m. quadratus lumborum	0	0
m. piriformis	1	1
mm. adductores longi	1	1
mm. adductores brevis	0	0
m. iliopsoas	1	1
m. rectus femoris	1	1
m. tensor fasciae latae	0	0
hamstringy	0	0

Pozn.: hodnocení: 0 – nejde o zkrácení, 1 – malé zkrácení, 2 – velké zkrácení

### 10) Vyšetření pohybových stereotypů dle Jandy:

- extenze v kyčelním kloubu – nejprve se kontrahovaly hamstringy, poté m. gluteus maximus a poté současně kontralaterální a ipsilaterální paravertebrální svaly
- abdukce v kyčelním kloubu – pohyb nebyl prováděn přesně ve frontální rovině, ale byla patrná FX v Kyk na obou DKK
- flexe trupu – pacientka zvedla paty nad podložku a nedocházelo k rozvíjení Lp

### 11) Neurologické vyšetření:

- vyšetření cití
  - povrchové – bpn
  - hluboké – bpn
- vyšetření propioceptivních reflexů (L2 – S2) – symetricky živé
- pyramidové jevy
  - zánikové (Mingazzini) i iritační (Babinski, Chaddock) – bpn
- kořenové dráždění
  - Laségueův manévr – 90° negativní bilat.
  - obrácený Laségue – negativní

### Závěr vyšetření:

Exacerbace lumbalgie s propagací do L třísla. Příčně plochá noha bilat. Hyperlordóza Lp a vyhlazená hrudní kyfóza. Omezené rozvíjení bederní pátaře. Insuficience HSSP. Hypertonus paravertebrálních svalů bilat. Mírně omezený rozsah obou Kyk z počínající koxartrózy. Špatné pohybové stereotypy. Bolesti popisovány jako silné.