

# Jeder kann's!

## Wissenschaft im therapeutischen Alltag – Fragebögen Georg Supp

Physiotherapeuten werden zunehmend mit Schlagworten wie »Evidence based Practice« (EBP) und »Guidelines« konfrontiert. Entscheidungsträger und Meinungsmacher fordern »Wissenschaftliches Arbeiten« ein. Wenn es um die praktische Umsetzung des Geforderten in den therapeutischen Alltag geht, sind die Vorstellungen jedoch wenig konkret und die Therapeuten werden bei diesem wichtigen Transfer allein gelassen. Das Thema mutet hoch kompliziert und abstrakt an – zu Unrecht! pt klärt in lockerer Folge Grundlagen und gibt Tipps. Die kurzen Artikel sollen Lust auf die praktische Umsetzung machen. In dieser Ausgabe: Fragebögen – vom Papier in die Praxis

Die tägliche Arbeit mit Patienten wirft viele Fragen auf: Welche Diagnose hat der Patient? Wie ist der aktuelle Zustand des Patienten? Wie ist seine Prognose? Welche Erwartungen hat der Patient? Wie messe ich den Therapieerfolg? und so weiter ...

Das sind Aspekte, die unter anderem in der Anamnese und klinischen Untersuchung von Physiotherapeuten angegangen werden. Manches wird direkt erfragt, einiges getestet oder geschlussfolgert und vieles angenommen. Verlässliche Fragestellungen und nachvollziehbare Dokumentationen gehen jedoch oft im Praxisalltag unter. Standardisierte Fragebögen finden ihre Anwendung im Kontext von EBP bisher vorwiegend bei Studienprojekten.

### Fragebögen – wozu?

#### Anamnese und klinische Untersuchung

Will sich ein Physiotherapeut über die Situation seiner Patienten Klarheit verschaffen, so startet er dieses Unterfangen in der ersten Sitzung mit seinem Befund. In der Regel dokumentiert er diesen in »seinem« speziellen Formular. Dies ist meist ein praxis- oder klinikeigenes Formblatt. In vielen Fällen kommt auch ein Konzeptformular zum Einsatz. Therapeuten verbessern ihre Unter- >>>

HKF-R 10

**Heidelberger Kurzfragebogen Rückenschmerz (Vorderseite)**

Dieser Fragebogen hilft uns, Ihre Beschwerden richtig einzuschätzen. Nur so können wir die richtige Therapie für Sie finden.

Bitte beantworten Sie die Fragen so, wie es am besten für Sie zutrifft.

**1. Welches Geschlecht haben Sie?**

1 weiblich  0 männlich

**2. Was ist Ihr höchster Schulabschluss?**

0 kein Abschluss  2 Fachhochschulreife  4 Universität  
 0 Hauptschule  3 Abitur  4 Postgraduiert (Dr.)  
 1 Mittlere Reife  3 Fachhochschule

**3. Haben Sie ihre aktuellen Rückenschmerzen schon länger als 1 Woche?**

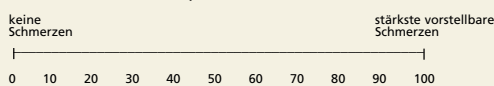
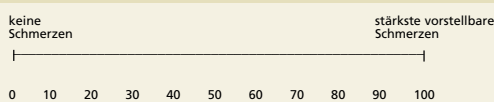
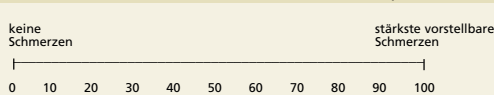
0 Ja  1 Nein

**4. Haben Sie außer Rückenschmerzen noch andere Schmerzen?**

1 nein  0 ja, nämlich: \_\_\_\_\_

**5. Wie stark waren Ihre Rückenschmerzen in der letzten Woche durchschnittlich?**

Machen Sie bitte entsprechend der Stärke Ihrer Schmerzen ein Kreuz auf der Stelle der Skala.

**6. Wie stark waren Ihre Rückenschmerzen in der letzten Woche, wenn es am besten war?****7. Wie stark dürften Ihre Beschwerden noch sein, wenn die Behandlung erfolgreich ist?**

Bitte beantworten Sie auch die Fragen auf der Rückseite

einen klaren Bezugspunkt für den Abschlussbefund

- Das Ergebnis des Fragebogens kann unter Umständen bei der Bestimmung der passenden Therapie maßgeblich helfen
- Patienten erleben den Einsatz von Fragebögen meist als ein Zeichen des sorgfältigen Umgangs mit ihrer Problematik. Zitat aus der Praxis des Autoren: »Meine Beschwerden werden ernst genommen«

**Ergebnismessung**

Um eine therapeutische Intervention zu rechtfertigen, reicht das subjektive Empfinden einer Besserung nicht mehr aus.

- Bestimmte Fragebögen erlauben einen direkten Vergleich »Vorher-Nachher« und können Veränderungen deutlich machen
- Die schriftliche Dokumentation der Ergebnisse durch den Fragebogen hilft in der Argumentation gegenüber Ärzten und Kostenträgern

Mit dem Thema Erfolgsmessungen sollte jedoch sorgsam umgegangen werden. Oftmals stimmen die Zielvorstellungen – und damit die Messparameter – der medizinischen Leistungserbringer im Rahmen der Rehabilitation nicht mit denen der Patienten überein (Hazard 2001).

**Fragebögen – welche?**

Es macht überhaupt keinen Sinn an dieser Stelle einfach Fragebögen aufzuzählen und ihre pauschale Anwendung zu empfehlen. Die Frage, welcher Fragebogen im täglichen Arbeiten helfen kann, ist nur mit Blick auf das jeweilige Umfeld zu beantworten. Unterschiedliche Fachbereiche bedingen spezifische Fragesysteme. In der Rehabilitation von

suchungs- und Behandlungsroutine, indem sie stets nach demselben Muster vorgehen. Befragungen werden effektiv und klinische Muster werden schneller ersichtlich.

Der Einsatz eines Fragebogens im Rahmen der Erstuntersuchung – am besten schon vorher, siehe unten bei »Fragebögen – wie?« – bietet einiges:

- Der Patient wird von Beginn an aktiv in den Untersuchungsprozess einbezogen
- Geschieht das Ausfüllen außerhalb der Untersuchung, so spart das Zeit

und ermöglicht das Aufnehmen einer größeren Menge von Daten

- Bezieht der Therapeut die standardisierten Formulare in seine Entscheidungsfindung mit ein, so reduziert das eine eventuelle Voreingenommenheit gegenüber dem Patienten
- Valide Fragesysteme gewährleisten eine verlässliche Bestimmung des Eingangsbefunds. So kann der Therapeut im Verlauf der Behandlung immer wieder die Effektivität der Intervention hinterfragen und hat

Abdruck mit freundlicher Genehmigung der IGOST

neurologischen Patienten spielen natürlich andere Faktoren eine wichtige Rolle als bei der Behandlung verletzter Freizeitsportler.

### Diagnostik

Fragebögen können die Einteilung in diagnostische Kategorien unterstützen – wie zum Beispiel Schmerzzeichnungen oder ein Fragebogen zum neuropathischen Schmerz (Freyenhagen 2006)

Ein simples Beispiel: Beim Erstbefund füllt ein Patient einen Fragebogen aus, der auch eine Schmerzzeichnung enthält. Der Patient markiert auf dem Blatt ein schmerzhaftes Areal im Bereich des Nackens. Das Formular enthält den Hinweis, dass auch Symptome wie Kribbeln oder Taubheit einzutragen sind. Diese Informationen veranlasst den Patienten auch die Parästhesien, an seiner rechten Hand im Körperschema kenntlich zu machen. Der Therapeut kann dann mit einem Blick erkennen, dass seine Befragung diese Symptome unbedingt einschließen muss. Die Qualität der eingezeichneten Symptome legt die Mitbeteiligung neuraler Strukturen nahe.

### Ist-Zustand des Patienten

Bei der Bestimmung des Ist-Zustands muss sich das Team darüber klar werden, welche Aspekte untersucht werden sollen. Funktionsfragebögen zeigen, wie stark ein Patient im Alltag von den Beschwerden beeinträchtigt wird.

Beispiele sind der Roland&Morris-Funktionsfragebogen, der Oswestry Disability Index, der Neck Disability Index, der Shoulder Disability Index und der Funktionsfragebogen Coxarthrose.

Hilfreich können auch Fragebögen sein, die messen, welche Einstellungen und Befürchtungen ein Patient gegenüber dem Schmerz hat oder wie er ihn subjektiv empfindet. Adäquates Mana-

HKF-R 10

### Heidelberger Kurzfragebogen Rückenschmerz (Rückseite)

**8. Hilft Ihnen - nach Ihrer bisherigen Erfahrung – Massage ihre Rückenschmerzen zu lindern?**

0 nein                       1 ja                       0 ich weiß nicht

**9. Wenn Sie in den vergangenen 14 Tagen Ihre Schmerzen bewusst registriert haben, wie oft sind Ihnen die folgenden Gedanken und Gefühle durch den Kopf gegangen?**

	nie	fast nie	selten	manchmal	oft	jedesmal
a. Was kann nur dahinter stecken?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
b. Warum muss ich nur diese schwere Last ertragen?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
c. Ich glaube beinahe, die gehen überhaupt nicht wieder weg.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
d. Diese üblen Schmerzen verderben mir aber auch alles!	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
e. Was bedeutet das nur?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
f. Ich werde doch keinen Tumor haben?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
g. Bald ertrage ich es nicht mehr länger!	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
h. Ob ich die gleiche, schlimme Krankheit habe wie... ?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
j. Ach, das wird überhaupt nicht besser.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
k. Hach, jetzt ist wieder der ganze Tag verdorben.	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
l. Das Leben mit diesen Schmerzen ist kaum noch lebenswert!	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
m. Was mache ich nur, wenn sie jetzt wieder schlimmer werden?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
n. Wie lange muss ich diese Schmerzen noch ertragen?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6
o. Es wird doch keine schlimme Krankheit dahinterstecken?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6

**10. Wie war Ihr Befinden in den letzten 14 Tagen**

	nie/ selten	manchmal	oft	meistens/ immer
a. Ich fühle mich bedrückt, schwermütig und traurig.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
b. Ich weine plötzlich oder mir ist oft zum Weinen zumute.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
c. Ich kann nachts schlecht einschlafen.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
d. Ich bin unruhig und kann nicht stillhalten.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
e. Ich tue Dinge, die ich früher tat, immer noch gern.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4

Vielen Dank!

©IGOST / BVO 2002

Abdruck mit freundlicher Genehmigung der IGOST

gement und die passende Gewichtung von mechanischer Therapie und psychologischer Begleitung können daraufhin definiert werden.

Beispiele wären: der Fear Avoidance Belief Questionnaire, die Schmerz-Empfindungs-Skala, der SF 36 (Gesundheitsbezogene Lebensqualität) oder der SF 12 (Kurzform des SF 36)

### Prognose

Patienten, deren Beschwerden zu chronifizieren drohen, benötigen besondere Aufmerksamkeit. Ahnungen und Ver-

mutungen haben in diesem sensiblen Bereich nichts zu suchen.

Beispiel hierfür ist der Heidelberger Kurzfragebogen (HKF 10) zur Bestimmung des Chronifizierungsrisikos bei Rückenschmerzen

### Ergebnismessung

Wie bereits beschrieben, erlaubt die valide Bestimmung des Ist-Zustands eine Orientierung im Therapieverlauf, wie beispielsweise Fragebögen aus dem Bereich »Ist-Zustand«.

>>>

## Fragebögen – wie?

Das Team steckt ab, was gebraucht wird. Dann findet eine Orientierung statt und man kann aus der breiten Palette von Fragebögen auf dem Markt auswählen. Die meisten gängigen Fragebögen stehen im Internet zumindest zu Testzwecken kostenlos als Download zur Verfügung.

Ein Beispiel aus der Praxis: In einer Praxis werden sehr viele Patienten mit akuten Rückenschmerzen behandelt. Die Therapeuten stellen fest, dass es »irgendwie immer dieselben Patienten sind, bei denen das ganze chronisch wird«. In einigen Fällen treffen die Voraussagen aber überraschenderweise nicht zu und manchmal chronifizieren Patienten »von denen es keiner gedacht hätte«. Im Team entscheidet man sich nach einem Messinstrument zu suchen, dass hier weiterhelfen kann. Eine Internetsuche fördert den HKF 10 zu Tage (Neubauer 2006).

### Der Ablauf in der Praxis

Mit Download und Kopieren des Fragebogens sind ersten Schritte getan. Dann muss entschieden werden, wer das Formular erhalten soll. Wurde ein Formular ausgewählt, das sich nur für Probleme in bestimmten Körperregionen eignet (zum Beispiel Neck Disability Index) oder ein allgemeines Instrument (zum Beispiel Schmerzzeichnung)?

Da die meisten Patienten den Fragebogen beim ersten Besuch erhalten sollen, muss bereits bei der Terminvergabe darauf hingewiesen beziehungsweise nach der Zustimmung gefragt werden. Der Patient wird dann etwas früher einbestellt. Je nach Bogen sind das zehn bis 15 Minuten. Ein Erinnerungszettel beim Telefon hilft, daran zu denken.

### Fragebögen – vom Papier in die Praxis

- Gemeinsam entscheiden, was gebraucht wird
- Genügend Bögen kopieren
- Patienten bei der Terminvergabe informieren
- Patienten im Terminplan markieren
- Auswertung klären
- Konsequenzen besprechen

Im täglichen Praxisstress scheitert ein solcher Plan leicht an Kleinigkeiten. So müssen Patienten, die einen Fragebogen erhalten sollen, unbedingt im Plan gesondert markiert werden. Das kann zum Beispiel ein fette »F« hinter dem Namen sein. So erkennen die Rezeptionskraft oder andere Mitglieder des Teams, dass der neu angekommene Patient eine kurze Erläuterung und den griffbereiten Fragebogen braucht.

Manche Bögen geben einen einfachen Überblick und bedürfen keiner Aufarbeitung (Beispiel: Roland & Morris Funktionsfragebogen). Andere Fragebögen müssen mittels weniger Rechenschritte ausgewertet werden (zum Beispiel HKF 10). Das sollte bedacht werden. Wer wertet die Bögen wann aus?

In bestimmten Abständen sollte immer wieder zur »Ausgangsfrage« zurückgegangen werden. Warum setzen wir die Fragebögen ein und welche Konsequenzen ziehen wir jetzt tatsächlich aus den Ergebnissen.

Was sich recht simpel liest, kann den eingefahrenen Praxis- oder Klinikablauf anfangs doch gehörig in Bedrängnis bringen. Spielt sich das Ganze aber ein, wird schnell klar wie viel Gewinn dieses einfache wissenschaftliche Arbeiten jedem einzelnen Therapeuten und seinen Patienten bringt. ■

## LITERATUR

- 1 Freynhagen R et al (2006) *painDETECT: a new screening questionnaire to identify neuropathic components in patients with back pain*. Current Medical Research and Opinion, 22:1911–1920
- 2 Hazard RG et al (2001) *Chronic spinal pain: The relationship between patient satisfaction, symptom and physical capacity outcomes, and achievement of personal goals following functional restoration*. Präsentiert auf dem Annual Meeting of the International Society for the Study of the Lumbar Spine, Edinburgh, bisher unveröffentlicht
- 3 Neubauer E et al (2006) *HKF-R 10 – Screening for predicting chronicity in acute low back pain (LBP): A prospective clinical trial*. European Journal of Pain, 10:559–566



### INTERNET

[www.drk-schmerz-zentrum.de/content/07\\_infos/7-5\\_schmerzfragebogen.htm](http://www.drk-schmerz-zentrum.de/content/07_infos/7-5_schmerzfragebogen.htm)

Schmerzfragebögen des DRK Schmerz-Zentrums Mainz

[www.igost.de/statisch/news4.html](http://www.igost.de/statisch/news4.html)  
Heidelberger Kurzfragebogen und Auswertungsprogramm

[www.stefelmanns.com/images/Physioscales/14/RDQ.pdf](http://www.stefelmanns.com/images/Physioscales/14/RDQ.pdf)  
Roland & Morris Funktionsfragebogen Rückenschmerz

[www.dgss.org/schmerzfragebogen.asp](http://www.dgss.org/schmerzfragebogen.asp)  
Deutscher Schmerzfragebogen