

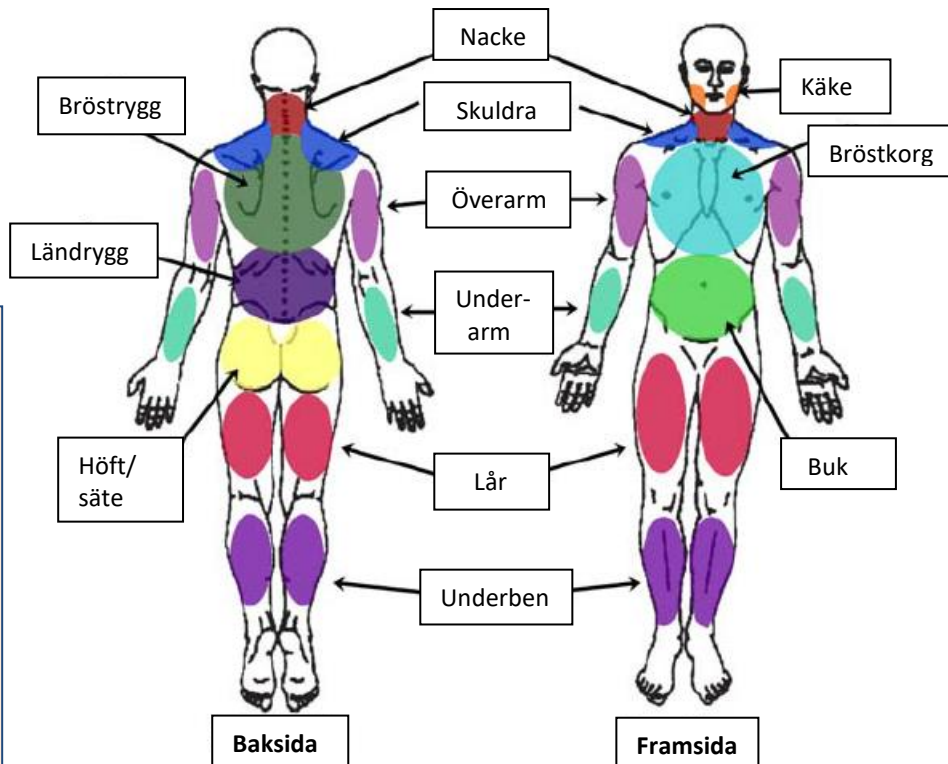
## Kartläggning av symtom vid muskelsmärter

### 1. WPI (Widespread Pain Index)

För att besvara följande frågor ska du svara/värdera i förhållande till:

Hur du har haft det den *senaste veckan*, även om du har fått behandling. Du ska inte ta med symtom som har att göra med andra tillstånd, till exempel känd höftledsartros.

Kryssa för de områden där du har upplevt smärta under den **senaste veckan**:



- |  |  |   |                                       |                                    |
|--|--|---|---------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Vänster skuldra | <input type="checkbox"/> Vänster underarm  | <input type="checkbox"/> Vänster lår      | <input type="checkbox"/> Vänster käke | <input type="checkbox"/> Nacke     |
| <input type="checkbox"/> Höger skuldra   | <input type="checkbox"/> Höger underarm    | <input type="checkbox"/> Höger lår        | <input type="checkbox"/> Höger käke   | <input type="checkbox"/> Bröstrygg |
| <input type="checkbox"/> Vänster överarm | <input type="checkbox"/> Vänster höft/säte | <input type="checkbox"/> Vänster underben | <input type="checkbox"/> Bröstkorg    | <input type="checkbox"/> Ländrygg  |
| <input type="checkbox"/> Höger överarm   | <input type="checkbox"/> Högerhöft/säte    | <input type="checkbox"/> Höger underben   | <input type="checkbox"/> Buk          |                                    |

### 2. Symtomgrad (SS score A)

Kryssa för din upplevelse av symtom under den senaste veckan:

#### Trötthet/utmattning

- 0 = Inga problem
- 1 = Lätta eller lindriga problem, generellt lindriga eller i perioder
- 2 = Måttliga, svåra problem ofta förekommande och/eller i måttlig grad
- 3 = Svåra: genomgripande och kontinuerliga problem som påverkar livet

#### Vakna outvilad

- 0 = Inga problem
- 1 = Lätta eller lindriga problem, generellt lindriga eller i perioder
- 2 = Måttliga, svåra problem ofta förekommande och/eller i måttlig grad
- 3 = Svåra: genomgripande och kontinuerliga problem som påverkar livet

#### Kognitiva symtom\*

- 0 = Inga problem
- 1 = Lätta eller lindriga problem, generellt lindriga eller i perioder
- 2 = Måttliga, svåra problem ofta förekommande och/eller i måttlig grad
- 3 = Svåra: genomgripande och kontinuerliga problem som påverkar livet

\*Kognitiva symtom innebär svårigheter att minnas, förstå, lära sig, koncentrera sig, vara uppmärksam.

### 3. Har du haft några av följande symtom under de senaste 6 månaderna?

(SS score B)

0

1

- |   |                              |                             |
|---|------------------------------|-----------------------------|
| A. Smärtor eller kramper i nedre del av magen | <input type="checkbox"/> Nej | <input type="checkbox"/> Ja |
| B. Depression                                 | <input type="checkbox"/> Nej | <input type="checkbox"/> Ja |
| C. Huvudvärk                                  | <input type="checkbox"/> Nej | <input type="checkbox"/> Ja |

### 4. Har symtomen under punkt 2 och 3 och utbredda smärtor funnits på en likadan nivå under minst 3 månader?

Nej  Ja

### 5. Har du någon sjukdom som på annat sätt kan förklara dina smärtor?

Nej  Ja

Namn:

---

Födelsdatum:

---

Datum då kartläggningen fyllts i:

---

**När du har fyllt i formuläret, ger du det till läkaren.**

**Tusen tack!**