

## Terveydenhuollossa käytetään usein testiä nimeltä MSWS-12.\*

Lyhenne tulee sanoista Multiple Sclerosis Walking Scale eli MS-taudin kävelyasteikko. Kyseessä on 12 kysymystä sisältävä kyselylomake, jonka potilas täyttää itse. Sen avulla arvioidaan, miten MS-tauti vaikuttaa kävelykykyyn ja miten tämä näkyy arjessa. Mitä suuremmat kokonaispisteet ovat, sitä enemmän MS-tauti vaikuttaa kävelykykyyn. Jos haluat keskustella liikuntakyvystäsi lääkärin tai MS-hoitajan kanssa, voit täyttää kyselylomakkeen ja ottaa sen mukaan seuraavalle käynnille



Ympyröi vaihtoehto, joka vastaa mielipidettäsi siitä, miten MS-tauti on vaikuttanut liikuntakykyysi

Päivämäärä: \_\_\_\_\_

Miten paljon kahden viime viikon aikana MS on...

	Ei lainkaan	Vain vähän	Jonkin verran	Melko paljon	Erittäin paljon
1. Rajoittanut kävelykykyäsi?	1	2	3	4	5
2. Rajoittanut juoksukykyäsi?	1	2	3	4	5
3. Rajoittanut kykyäsi liikkua rappusissa?	1	2	3	4	5
4. Vaikeuttanut seisomistasi eri toiminnaissa?	1	2	3	4	5
5. Heikentänyt tasapainoasi seistessäsi tai kävellessäsi?	1	2	3	4	5
6. Lyhentänyt matkaa, jonka pystyt kävelemään?	1	2	3	4	5
7. Vaatinut lisäponnisteluja kävellessäsi?	1	2	3	4	5
8. Tehnyt välttämättömäksi käyttää tukea kävellessäsi sisällä (esim. tukeutuen huonekaluihin tai keppiin jne.)?	1	2	3	4	5
9. Tehnyt välttämättömäksi käyttää tukea kävellessäsi ulkona (esim. tukeutuen keppiin tai rollaattoriin)?	1	2	3	4	5
10. Hidastanut kävelyäsi?	1	2	3	4	5
11. Vaikuttanut kävelysi sujuvuuteen?	1	2	3	4	5
12. Pakottanut sinut keskittymään kävelyysi?	1	2	3	4	5

Yhteensä: \_\_\_\_\_