



### QUESTIONARIO ODI

La preghiamo di rispondere a tutte le domande del questionario. Faccia una crocetta su una sola casella per ciascuna domanda, scegliendo quella che più si avvicina a come si sente oggi.

#### **Sezione 1 - Intensità del dolore**

- Al momento non ho dolore
- Al momento il dolore è molto lieve
- Al momento il dolore è di media intensità
- Al momento il dolore è abbastanza forte
- Al momento il dolore è molto forte
- Al momento il dolore è il massimo immaginabile

#### **Sezione 2 - Cura personale (lavarsi, vestirsi, ecc.)**

- Riesco a prendermi cura di me stesso/a normalmente senza sentire più dolore del solito
- Riesco a prendermi cura di me stesso/a normalmente ma mi fa molto male
- Mi fa male prendermi cura di me stesso/a e sono lento/a e prudente
- Ho bisogno di un po' di aiuto ma riesco per lo più a prendermi cura di me stesso/a
- Ho bisogno di aiuto ogni giorno in quasi tutti gli aspetti della cura di me stesso/a
- Non mi vesto, mi lavo con difficoltà e sto a letto

#### **Sezione 3 - Alzare pesi**

- Riesco a sollevare oggetti pesanti senza sentire più dolore del solito
- Riesco a sollevare oggetti pesanti ma sentendo più dolore del solito
- Il dolore mi impedisce di sollevare oggetti pesanti da terra, ma ci riesco se sono posizionati in maniera opportuna, per esempio su un tavolo
- Il dolore mi impedisce di sollevare oggetti pesanti, ma riesco a sollevare oggetti leggeri o di medio peso se sono posizionati in maniera opportuna
- Riesco a sollevare solo oggetti molto leggeri
- Non riesco a sollevare o trasportare assolutamente niente

#### **Sezione 4 – Camminare**

- Il dolore non mi impedisce di percorrere qualsiasi distanza a piedi.
- Il dolore mi impedisce di camminare per più di un chilometro
- Il dolore mi impedisce di camminare per più di 500 metri
- Il dolore mi impedisce di camminare per più di 100 metri
- Riesco a camminare solo con un bastone o delle stampelle
- Sto per lo più a letto e mi trascino per arrivare in bagno

#### **Sezione 5 - Stare seduto/a**

- Riesco a stare seduto/a su qualsiasi sedia per tutto il tempo che mi va
- Riesco a stare seduto/a sulla mia sedia preferita per tutto il tempo che mi va
- Il dolore mi impedisce di stare seduto/a per più di 1 ora
- Il dolore mi impedisce di stare seduto/a per più di mezzora
- Il dolore mi impedisce di stare seduto/a per più di 10 minuti
- Il dolore mi impedisce del tutto di stare seduto/a.





**Sezione 6 - Stare in piedi**

- Riesco a stare in piedi per tutto il tempo che mi va senza sentire più dolore del solito
- Riesco a stare in piedi per tutto il tempo che mi va, ma sentendo più dolore del solito
- Il dolore mi impedisce di stare in piedi per più di 1 ora
- Il dolore mi impedisce di stare in piedi per più di mezzora
- Il dolore mi impedisce di stare in piedi per più di 10 minuti
- Il dolore mi impedisce del tutto di stare in piedi

**Sezione 7 – Dormire**

- Il mio sonno non viene mai disturbato dal dolore
- Il mio sonno viene disturbato ogni tanto dal dolore
- A causa del dolore dormo meno di 6 ore
- A causa del dolore dormo meno di 4 ore
- A causa del dolore dormo meno di 2 ore
- Il dolore mi impedisce del tutto di dormire

**Sezione 8 - Vita sessuale (se pertinente)**

- La mia vita sessuale è normale e non mi provoca più dolore del solito
- La mia vita sessuale è normale, ma mi provoca più dolore del solito
- La mia vita sessuale è quasi normale, ma mi provoca molto dolore
- La mia vita sessuale è fortemente limitata dal dolore
- La mia vita sessuale è quasi inesistente a causa del dolore
- Il dolore mi impedisce del tutto di avere una vita sessuale

**Sezione 9 – Vita sociale**

- La mia vita sociale è normale e non mi provoca più dolore del solito
- La mia vita sociale è normale, ma aumenta il livello di dolore
- Il dolore non ha effetti significativi sulla mia vita sociale, a parte il fatto di limitare alcuni dei miei interessi che richiedono più energia (ad esempio sport, ecc.)
- Il dolore limita la mia vita sociale e non esco così spesso come al solito.
- Il dolore limita la mia vita sociale alla mia abitazione
- Non ho vita sociale a causa del dolore

**Sezione 10 - Viaggiare**

- Riesco a viaggiare in ogni luogo senza dolore
- Riesco a viaggiare in ogni luogo, ma sentendo più dolore del solito
- Mi fa male, ma riesco a viaggiare per più di due ore
- Il dolore mi limita a viaggi che durano meno di un'ora
- Il dolore mi limita a viaggi brevi e necessari che durano meno di 30 minuti
- Il dolore mi impedisce di viaggiare, tranne che per fare le mie cure

Indichi in questo momento barrando una delle caselle nella scala QUANTO E' INTENSO IL SUO DOLORE ALLA SCHIENA

☺      ☹

Indichi in questo momento barrando una delle caselle nella scala QUANTO E' INTENSO IL SUO DOLORE ALLA GAMBA O COSCIA

☺      ☹

Firma \_\_\_\_\_

