



**Prosthetic Limb Users  
Survey of Mobility (PLUS-M)  
Version 1.2 – Norsk**

12-spørsmål kortversjon

Navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

**Instruksjoner:** Svar på alle spørsmål som om du har på deg protesen(e) du bruker til vanlig. Hvis du vanligvis bruker stokk, krykke eller rullator for å gjennomføre oppgaven det spørres om, svar på spørsmålet som om du bruker dette hjelpemiddelet.

Velg "Er ikke i stand til" hvis du:

- Trenger hjelp fra en annen person for å utføre oppgaven,
- Har behov for en rullestol eller en mopedbil for å utføre oppgaven, eller.....
- Føler at det ikke er trygt for deg å gjennomføre oppgaven

Vennligst marker en rute for hver rad.

Spørsmål	Uten noen vanskelighet	Med liten vanskelighet	Med noe vanskelighet	Med stor vanskelighet	Ikke i stand til å utføre
1. Klarer du å gå en kort distanse i hjemmet ditt?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)
2. Klarer du å gå opp og ned fortauskanter?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)
3. Klarer du å krysse en parkeringsplass?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)
4. Klarer du å gå på grus?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)
5. Kan du å flytte en stol fra ett rom til et annet?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)
6. Klarer du å gå mens du bærer en handlekurv i en hånd?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)
7. Klarer du å fortsette å gå når noen ved et uhell dulter bort i deg?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)
8. Klarer du å gå på en gate eller et fortau uten belysning?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)
9. Klarer du å holde følge med andre når du går?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)
10. Klarer du å gå over et glatt gulv?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)
11. Klarer du å gå nedover en bratt, gruslagt innkjørsel?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)
12. Klarer du å gå en tur på cirka 3 km på ujevnt underlag og når terrenget er kupert?	<input type="checkbox"/> (5)	<input type="checkbox"/> (4)	<input type="checkbox"/> (3)	<input type="checkbox"/> (2)	<input type="checkbox"/> (1)

## Skåring av PLUS-M™ 12-spørsmål kortversjon

PLUS-M™ spørreskjema skåres med en T-skår. For å finne T-skåren summeres skårene for alle svarene på spørreskjemaet. Dette er rådata-skåren. Rå-skåren skal ikke brukes til annet enn å finne T-skår ved bruk av konverteringstabellen under. Hvis noen av spørsmålene i spørreskjemaet ikke er besvart, henvises det til PLUS-M™ brukermanual for hvordan man skal skåre *ufullstendige* spørreskjema.

### PLUS-M™ 12- spørsmål kortversjon (v1.2) T-skår konverteringstabell

Rå-skår	T-skår	SE	Persentil
12	21,8	4,4	0,2%
13	25,2	3,4	0,7%
14	27,2	3,1	1,1%
15	28,7	2,9	1,6%
16	30,0	2,7	2,3%
17	31,2	2,5	3,0%
18	32,2	2,3	3,8%
19	33,2	2,2	4,6%
20	34,1	2,1	5,5%
21	34,9	2,1	6,5%
22	35,6	2,0	7,6%
23	36,4	2,0	8,6%
24	37,1	1,9	9,8%
25	37,7	1,9	11,0%
26	38,4	1,9	12,3%
27	39,0	1,9	13,6%
28	39,7	1,9	15,1%
29	40,3	1,9	16,6%
30	40,9	1,9	18,1%
31	41,5	1,9	19,8%
32	42,1	1,9	21,5%
33	42,7	1,9	23,3%
34	43,3	1,9	25,2%
35	43,9	1,9	27,2%
36	44,5	1,9	29,3%

Rå-skår	T-skår	SE	Persentil
37	45,2	1,9	31,5%
38	45,8	1,9	33,7%
39	46,4	1,9	36,1%
40	47,1	1,9	38,5%
41	47,7	1,9	41,1%
42	48,4	1,9	43,7%
43	49,1	2,0	46,4%
44	49,8	2,0	49,1%
45	50,5	2,0	51,9%
46	51,2	2,0	54,8%
47	52,0	2,1	57,8%
48	52,7	2,1	60,8%
49	53,6	2,1	63,9%
50	54,4	2,2	67,0%
51	55,3	2,3	70,2%
52	56,3	2,4	73,4%
53	57,3	2,5	76,7%
54	58,4	2,6	79,9%
55	59,6	2,8	83,2%
56	61,0	2,9	86,4%
57	62,5	3,1	89,5%
58	64,5	3,3	92,6%
59	67,1	3,8	95,6%
60	71,4	4,9	98,4%

Noter  
PLUS-M™  
T-skår her.

↓↓↓↓

PLUS-M™  
T-skår

For T-skår med standard feil (SE) større enn 3,0, anbefales det å bruke PLUS-M™ CAT ([www.plus-m.org](http://www.plus-m.org)) for å oppnå høyere målepresisjon. Persentilen indikerer prosentandelen av PLUS-M™ utviklingspopulasjon som rapporterer lik eller lavere mobilitet enn det som reflekteres av den aktuelle T-skår verdien. For mer informasjon om tolkning av spørreskjemaet, henvises det til brukermanualen for PLUS-M™.