

# De VISA-P score

Nederlandse Versie - J. Zwerver, T. Kramer, I. van den Akker-Scheek 2009

Een anamnestiche scoringlijst om de ernst van patellaire tendinopathie te onderzoeken

Score

**1 Hoeveel minuten kunt u zitten zonder pijn?**

0 – 15 minuten	15 – 30 minuten	30 – 60 minuten	60 – 90 minuten	90 – 120 minuten	> 120 minuten
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
0	2	4	6	8	10

**2 Hebt u pijn als u de trap afloopt in een normaal tempo?**

Ze er he vige pijn	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Geen pijn	<input type="text"/>
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

**3 Hebt u pijn als u uw knie strekt zonder er gewicht op te zetten?**

Ze er he vige pijn	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Geen pijn	<input type="text"/>
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

**4 Hebt u pijn wanneer u een uitvalspas (lunge) maakt?**

Ze er he vige pijn	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Geen pijn	<input type="text"/>
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

**5 Hebt u problemen met het uitvoeren van de squatbeweging (hurkbeweging)?**

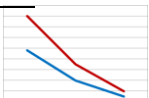
On mo ge lijk	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Geen probleem	<input type="text"/>
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

**6 Hebt u pijn gedurende of direct na het doen van 10 sprongetjes/hupjes op één been?**

Ze er he vige pijn	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Geen pijn	<input type="text"/>
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

**7 Doet u op dit moment aan sport of andere fysieke activiteiten?**

0	<input type="text"/>	Helemaal niet	<input type="text"/>
4	<input type="text"/>	Aangepaste training en/of aangepaste competitie	
7	<input type="text"/>	Volledige training en/of competitie, maar niet op hetzelfde niveau als toen de symptomen begonnen	
10	<input type="text"/>	Op hetzelfde wedstrijdniveau of op een hoger wedstrijdniveau in vergelijking met het begin van de symptomen	



**8 Vult u alstublieft of A, of B of C in bij deze vraag**

- Wanneer u **geen pijn hebt tijdens het sporten** beantwoordt dan **alleen vraag 8A**.
- Als u **pijn hebt tijdens het sporten**, maar u hoeft **niet te stoppen** met de sportieve activiteit, beantwoordt dan **alleen vraag 8B**.
- Wanneer u **zodanige pijn hebt dat u moet stoppen met de sportieve activiteit**, beantwoordt dan **alleen vraag 8C**.

**8a Wanneer u geen pijn hebt tijdens het sporten, hoe lang kunt u dan trainen?**

0 – 20 minuten	20 – 40 minuten.	40 – 60 minuten	60 – 90 minuten	> 90 minuten
6	12	18	24	30

**8b Wanneer u pijn hebt tijdens het sporten, maar u hoeft hierdoor niet te stoppen met sporten, hoe lang kunt u dan trainen?**

0 – 15 minuten	15 – 30 minuten	30 – 45 minuten	45 – 60 minuten	> 60 minuten
0	5	10	15	20

**8c Wanneer u een zodanige pijn hebt dat u moet stoppen met trainen, hoe lang kunt u dan trainen?**

Niet	0 – 10 minuten	10 – 20 minuten	20 – 30 minuten	> 30 minuten
0	4	10	14	20

Totaal Score

