

Frågeformulär om förhållningssätt till ryggsmärta – 10 item

Back Pain Attitudes Questionnaire – 10 item (Swedish)

Vänligen besvara alla frågor #

Markera dina svar så här



Om du gör ett misstag, gör så här och markera sedan korrekt svar

DESSA FRÅGOR HANDLAR OM DIN EGEN RYGG

Vänligen skatta varje påstående som

	Falskt	Möjligen falskt	Osäker	Möjligen sant	Sant
1 Det är lätt att skada din rygg	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Du skulle kunna skada din rygg om du inte är försiktig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

DESSA FRÅGOR HANDLAR OM RYGGSMÄRTA I ALLMÄNHET

Vänligen skatta varje påstående som

	Falskt	Möjligen falskt	Osäker	Möjligen sant	Sant
3 Ryggsmärta innebär att man har skadat sin rygg	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 En plötslig skarp smärta i ryggen kan vara det första tecknet på en allvarlig skada	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

DESSA FRÅGOR HANDLAR OM VAD DU BÖR GÖRA OM DU HAR ONT I RYGGEN

Vänligen skatta varje påstående som

	Falskt	Möjligen falskt	Osäker	Möjligen sant	Sant
5 Om du har ont i ryggen bör du undvika träning	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Om du har ont i ryggen bör du försöka fortsätta vara aktiv	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

DESSA FRÅGOR HANDLAR OM ATT BLI BÄTTRE FRÅN RYGGSMÄRTA

Vänligen skatta varje påstående som

	Falskt	Möjligen falskt	Osäker	Möjligen sant	Sant
7 Att fokusera på annat än din rygg hjälper dig att bli bättre från ryggsmärta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Att du förväntar dig en förbättring hjälper dig att bli bättre från ryggsmärta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Har du en gång haft ont i ryggen finns alltid en svaghet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10 Det finns en stor risk att när du väl har fått ont i ryggen så kommer det inte att gå över	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>