Cumberland Ankle Instability Tool

CAIT – Hiller CE et al. Arch Phys Med Rehabil. 2006;87:1235-1241

Naam / Patiënt: _____ Datum: _____

Behandelaar: _____ Geboortedatum: _____

Instructie

Kruis voor elke vraag maximaal één antwoord aan dat het beste bij uw situatie past, afzonderlijk voor de linker- en rechterenkel.

Vraag / Antwoordopties	Links	Rechts	Score
1. Ik heb pijn in mijn enkel			
● Nooit	☐	☐	5
● Tijdens sport	☐	☐	4
● Bij rennen op oneven ondergrond	☐	☐	3
● Bij rennen op vlakke ondergrond	☐	☐	2
● Bij lopen op oneven ondergrond	☐	☐	1
● Bij lopen op vlakke ondergrond	☐	☐	0
2. Mijn enkel voelt ONSTABIEL			
● Nooit	☐	☐	4
● Soms tijdens sport (niet elke keer)	☐	☐	3
● Vaak tijdens sport (elke keer)	☐	☐	2
● Soms tijdens dagelijkse activiteiten	☐	☐	1
● Vaak tijdens dagelijkse activiteiten	☐	☐	0
3. Als ik een SCHERPE draai maak, voelt mijn enkel ONSTABIEL			
● Nooit	☐	☐	3
● Soms tijdens rennen	☐	☐	2
● Vaak tijdens rennen	☐	☐	1
● Tijdens lopen	☐	☐	0
4. Bij het van de trap af gaan, voelt mijn enkel ONSTABIEL			
● Nooit	☐	☐	3
● Als ik snel ga	☐	☐	2
● Af en toe	☐	☐	1
● Altijd	☐	☐	0
5. Mijn enkel voelt ONSTABIEL bij het staan op ÉÉN been			
● Nooit	☐	☐	2
● Op de bal van mijn voet	☐	☐	1
● Met mijn voet plat	☐	☐	0

Cumberland Ankle Instability Tool

CAIT – Hiller CE et al. Arch Phys Med Rehabil. 2006;87:1235-1241

Vraag / Antwoordopties	Links	Rechts	Score
6. Mijn enkel voelt ONSTABIEL wanneer...			
• Nooit	☐	☐	3
• Ik van links naar rechts hop	☐	☐	2
• Ik op de plaats hop	☐	☐	1
• Ik spring	☐	☐	0
7. Mijn enkel voelt ONSTABIEL als...			
• Nooit	☐	☐	4
• Ik ren op oneven ondergrond	☐	☐	3
• Ik jog op oneven ondergrond	☐	☐	2
• Ik loop op oneven ondergrond	☐	☐	1
• Ik loop op vlakke ondergrond	☐	☐	0
8. TYPISCH, wanneer ik begin met mijn enkel verzwikken kan ik dit stoppen...			
• Direct	☐	☐	3
• Vaak	☐	☐	2
• Soms	☐	☐	1
• Nooit	☐	☐	0
• Ik heb nog nooit mijn enkel verzwikt	☐	☐	3
9. Na een TYPISCH geval van mijn enkel verzwikken, wordt mijn enkel weer 'normaal'...			
• Bijna direct	☐	☐	3
• Binnen één dag	☐	☐	2
• 1–2 dagen	☐	☐	1
• Meer dan 2 dagen	☐	☐	0
• Ik heb nog nooit mijn enkel verzwikt	☐	☐	3

Totaalscore

Links: _____ / 30 **Rechts:** _____ / 30

Scoringsrichtlijn

- Maximale totaalscore: 30 punten (hogere score = betere enkelfunctie)
- Test-hertest betrouwbaarheid: ICC, = 0.96 | Interne consistentie: = 0.89