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 (of verstuiken) 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