

THE CAIT QUESTIONNAIRE

請為以下每條問題選擇最能描述您足踝情況的一項。

	左	右	分數
1. 我的足踝感到痛。			
從不	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5
做運動時	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4
在 <u>凹凸不平</u> 的路面跑步時	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
在 <u>平坦</u> 的路面跑步時	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
在 <u>凹凸不平</u> 的路面步行時	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
在 <u>平坦</u> 的路面步行時	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0
2. 我感到足踝關節不穩。			
從不	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4
做運動時， <u>間中</u> 發生（不是每次）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
做運動時， <u>經常</u> 發生（每次）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
日常活動時， <u>間中</u> 發生	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
日常活動時， <u>經常</u> 發生	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0
3. 當我<u>急速轉彎</u>時，我感到足踝關節不穩。			
從不	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
跑步時， <u>間中</u> 發生	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
跑步時， <u>經常</u> 發生	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
步行時發生	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0
4. 當我<u>落樓梯</u>時，我感到足踝關節不穩。			
從不	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
如果我急步行	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
<u>間中</u> 發生	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
<u>經常</u> 發生	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0
5. 當我<u>單腳站立</u>，我感到足踝關節不穩。			
從不	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
用 <u>腳尖</u> 時	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
<u>腳板貼地</u> 時	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0
6. 當我 _____ 時，我感到足踝關節不穩。			
從不	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
<u>單腳左右跳動</u>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
<u>單腳原地跳動</u>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
<u>雙腳跳高</u>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0
7. 當我 _____ 時，我感到足踝關節不穩。			
從不	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4

在凹凸不平的路面跑步	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
在凹凸不平的路面慢跑	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
在凹凸不平的路面步行	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
在平坦的路面步行	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0

8. 一般來說，當我的足踝快要扭轉 (俗稱, 拗柴) 時，我_____能夠阻止事情發生。

立即	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
經常	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
間中	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
不(能)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0
我從來沒有扭轉足踝	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3

9. 通常扭轉足踝後，我的足踝_____回復正常。

幾乎立即	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
一天之內	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
一至兩天	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
超過兩天	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0
我從來沒有扭轉足踝	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3
