

URDU FUGL MEYER ASSESSMENT

اردو فیوگل میٹر تشخیص

مریض کا نام -----

تاریخ -----

تشخیص کرنے والے کا نام -----

جسم کے اوپر والا حصہ (UFMA-UE)

حسی اور حرکی فعل کی تشخیص Assessment of Sensorimotor Function

A- جسم کے اوپر والا حصہ (بازو اور کندھا) (Upper Extremity) بیٹھے ہوئے۔

ہوسکتا ہے	نہیں	Reflex Activity
2	0	فلیکسرز (Flexors) جھکانے والے پٹھے۔ بائی سپس اور انگلی کے فلیکسرز (Biceps & Finger flexors) (کم سے کم ایک)
2	0	ایکسٹینسرز (Extensors) سیدھا کرنے والے پٹھے۔ ٹرائی سپس (Triceps)

ذیلی مجموعہ۔ (زیادہ سے زیادہ 4)

مکمل	معمولی	نہیں	(Volitional movement within Synergies)	II۔ خودداری حرکت ہونا ہم آہنگی کے دوران (بغیر کشش ثقل کے)
2	1	0	کندھا پیچھے کرنا (Retraction)	فلیکسرز ہم آہنگی (Flexors Synergy) ہاتھ کو مخالف گھٹنے سے اسی طرف کے
2	1	0	اوپر کرنا (Elevation)	کان کو لگانا
2	1	0	بازو باہر کی طرف اوپر اٹھانا (Abduction 90)	ایکسٹینسر ہم آہنگی (Extensor Synergy) سے فلیکسرز ہم آہنگی (Flexor Synergy)
2	1	0	بازو باہر کی طرف موڑنا (External Rotation)	شروع کی حالت: کندھے کا جسم کی طرف ہونا (Shoulder Adduction) با
2	1	0	کھنی نیچے والا بازو کھنی سے اٹھانا / کان کے قریب	زوائد کی طرف موڑنا (Internal Rotation), کھنی کا سیدھا ہونا (Elbow Flexion)
2	1	0	بازو نیچے والا بازو باہر کی طرف گھمانا، ہتھیلی اوپر کی طرف	Extension) نیچے والا بازو اندر کی طرف گھمانا (Pronation)
2	1	0	(Supination)	آخری حالت: فلیکسرز ہم آہنگی (Flexor Synergy) بازو باہر کی طرف اوپر
2	1	0		اٹھانا (Shoulder Abduction) / بازو باہر کی طرف موڑنا (External Rotation)
2	1	0		(Elbow Flexion) نیچے والا بازو کھنی سے اٹھانا، کان کو ہاتھ لگانا (Forearm supination)
2	1	0	کندھا۔ جسم کے ساتھ اندر کی طرف لانا / بازو اندر موڑنا	ایکسٹینسر ہم آہنگی (Extensor Synergy) ہاتھ کو اسی طرف
2	1	0	(Adduction/Internal Rotation)	(ipsilateral) کے کان سے مخالف گھٹنے (Contralateral) کو لگانا
2	1	0	کھنی۔ سیدھا کرنا (Elbow Extension)	
2	1	0	بازو۔ نیچے والا بازو اندر کی طرف گھمانا، ہتھیلی نیچے کی طرف	
2	1	0	(Pronation)	

ذیلی مجموعہ II (زیادہ سے زیادہ 18)

مکمل	معمولی	نہیں	Volitional movement mixing synergies	III۔ خودداری حرکت ہونا مختلف طرح کی ہم آہنگی کے ساتھ (بغیر کسی سہارے کے)
2	1	0		ہاتھ کا کمر کے نچلے حصے (Lumbar Spine) تک جانا
2	1	0		عمل نہ کر سکتا، ہاتھ کا کمر کے لیے آگے والی ہڈی (ASIS) کے سامنے نہ لاسکتا (بغیر کسی سہارے کے)
2	1	0		ہاتھ کا کمر کے نچلے حصے (Lumbar Spine) تک جانا (بغیر کسی سہارے کے)
2	1	0		ہاتھ کا کمر کے نچلے حصے (Lumbar Spine) تک جانا (بغیر کسی سہارے کے)

1	0	فوری بازو کا باہر کی طرف اوپر اٹھنا (Abduction) یا نیچے والے بازو کا کہنی سے اٹھنا (Elbow Flexion) دوران حرکت بازو کا باہر کی طرف اوپر اٹھنا (Abduction) یا نیچے والے بازو کا کہنی سے اٹھنا (Elbow Flexion)	بازو کا سامنے کی طرف سے اوپر کی طرف اٹھنا (Shoulder Flexion) 0 سے 90 ڈگری
2	0	بازو کا سامنے کی طرف سے اوپر اٹھنا 90 ڈگری تک (Flexion) ، نہ بازو باہر کی طرف سے اوپر اٹھنا (Abduction) اور نہ نیچے والا بازو کہنی سے اٹھے (Elbow Flexion)	کہنی 0 ڈگری تک بازو کا اندر اور باہر کی طرف گھومنا 0 ڈگری تک (Pronation & Supination) درمیانی حالت (انگوٹھا اوپر کی طرف)
1	0	بازو اندر اور باہر کی طرف نہ گھما سکتا (Pronation-supination) ابتدائی حالت بنانا ناممکن	بازو اندر اور باہر کی طرف گھمانا (Pronation-supination)
2	0	بازو کی اندر یا باہر گھومنے کی صلاحیت کم ہونا (Pronation-supination) ابتدائی حالت قائم رکھ سکتا مکمل طور پر بازو اندر اور باہر کی طرف گھما لینا (Pronation-supination) ابتدائی حالت کو قائم رکھ سکتا۔	کہنی نوے (90) ڈگری کنڈھا صفر (0) ڈگری تک

ذیلی مجموعہ III (زیادہ سے زیادہ 6)

مکمل	معمولی	نہیں	IV۔ خود ارادی حرکت بہت کم یا بغیر ہم آہنگی کے ساتھ ہونا (Volitional movement with little or no Synergy)
2	1	0	فوری بازو باہر کی طرف گھومے (Supination) یا نیچے والا بازو کہنی سے اٹھے (Elbow Flexion) دوران حرکت بازو کا باہر کی طرف گھوم جانا (Supination) یا نیچے والے بازو کا کہنی سے اٹھنا (Elbow Flexion) بازو کا باہر کی طرف سے اوپر اٹھنا (Abduction) 90 ڈگری ، بازو کو سیدھا رکھ سکتا (Extension) اور نیچے والے بازو کو اندر کی طرف گھوما کر رکھ سکتا (Pronation)
2	1	0	فوری بازو باہر کی طرف سے اوپر اٹھے (Abduction) یا نیچے والا بازو کہنی سے اٹھے (Elbow Flexion) دوران حرکت بازو کا باہر کی طرف اٹھنا (Abduction) یا نیچے والا بازو کہنی سے اٹھنا (Elbow flexion) بازو سامنے کی طرف سے اوپر اٹھنا 180 ڈگری (Flexion) ، نہ بازو باہر کی طرف سے اوپر اٹھے (Abduction) یا نیچے والا بازو کہنی سے اٹھے (elbow flexion)
2	1	0	بازو کا اندر یا باہر کی طرف نہ گھوم سکتا (Pronation/Supination)۔ ابتدائی حالت بنانا مشکل بازو کی اندر یا باہر گھومنے کی صلاحیت کم ہونا (Pronation/Supination) ابتدائی حالت قائم رکھ سکتا مکمل طور پر بازو اندر یا باہر کی طرف گھمانا (Pronation/Supination) ابتدائی حالت قائم رکھنا
			بازو کا اندر یا باہر کی طرف گھومنا (Pronation Supination) کہنی 0 ڈگری تک بازو سامنے کی طرف سے اوپر اٹھانا (Shoulder Flexion) 30-90 ڈگری

ذیلی مجموعہ IV (زیادہ سے زیادہ 6)

V۔ معمول کے مطابق ریفلیکس کارڈرنگ (اس وقت جانچ کرنی ہے جب حصہ چہارم (IV) کا اسکور چھٹے (6) ہو۔ غیر متاثرہ کے ساتھ موازنہ کرنا)			
2	1	0	بائی سپیس (Biceps)، ٹرائی اسپیس ، انگلی کے فلکسرز (Finger Flexors) تین میں سے دو ریفلیکسز کا واضح حد سے زیادہ ہونا ایک ریفلیکس کا واضح طور پر حد سے زیادہ ہونا یا کم سے کم دو (2) ریفلیکسز کا موجود ہونا زیادہ سے زیادہ ایک ریفلیکس کا موجود ہونا، کوئی بھی حد سے زیادہ نہ ہو

ذیلی مجموعہ V (زیادہ سے زیادہ دو (2))

مکمل A۔ (زیادہ سے زیادہ چھتیس (36))

مکمل	معمولی	نہیں	(B) کلائی۔ ابتدائی حالت کو بنانے یا قائم رکھنے کے لیے کہنی پہ سہارا دیا جاسکتا ہے، کلائی پہ کوئی سہارا نہ ہو، سب سے پہلے خود غیر مزاحمتی حرکت کی جانچ کرنی ہے۔
2	1	0	ہاتھ کو کلائی سے 15 ڈگری سے کم اوپر اٹھاسکنا (dorsiflexion) ہاتھ کو کلائی سے 15 ڈگری تک اوپر کی طرف اٹھانا (dorsiflexion) کوئی مزاحمت نہ برداشت کرنا مزاحمت کے خلاف ہاتھ کو کلائی سے اوپر کی طرف اٹھا کر رکھسکنا (dorsiflexion)
2	1	0	خود سے حرکت نہ کر سکتا خود سے تھوڑی حد (Range) میں حرکت کرنا خود سے مکمل حد (Range) میں حرکت کرنا، ہمواری کے ساتھ
2	1	0	ہاتھ کو کلائی سے 15 ڈگری سے کم اٹھاسکنا (Dorsiflexion) ہاتھ کو کلائی سے 15 ڈگری تک اوپر کی طرف اٹھانا (dorsiflexion)، کوئی مزاحمت نہ برداشت کرنا مزاحمت کے خلاف ہاتھ کو کلائی سے اوپر کی طرف اٹھا کر رکھسکنا (dorsiflexion)
2	1	0	خود سے حرکت نہ کر سکتا خود سے تھوڑی حد (Range) میں حرکت کرنا خود سے مکمل حد (Range) میں حرکت کرنا، ہمواری کے ساتھ
2	1	0	خود سے حرکت نہ کر سکتا جھٹکے سے حرکت کرنا یا مکمل حرکت مکمل اور ہمواری کے ساتھ دائرے میں حرکت کرنا (circumduction)

B- مکمل مجموعہ (زیادہ سے زیادہ دس (10))

مکمل	معمولی	نہیں		(C) ہاتھ: بازو کو کہنی سے 90 ڈگری تک اٹھانے کے لیے کہنی پہ سہارا دینا، کلائی پہ کوئی سہارا نہ ہونا، غیر متاثرہ ہاتھ سے موازنہ کرنا۔ چیزوں کو ہاتھ میں پکڑ سکنا
2	1	0		مکمل فلکشن (Mass Flexion) ہاتھ کو مکمل بند کرنا (مٹھی بنانا) سیدھی انگلیوں سے مکمل طور پر انگلیوں کو بند کرنا (انگلیوں کو سیدھا کرنے کے لیے مدد دی جاسکتی ہے)
2	1	0		مکمل ایکسٹینشن (Mass Extension) مٹھی سے ہاتھ کو اور انگلیوں کو مکمل طور پر کھولنا اور سیدھا کرنا (انگلیوں کو بند کرنے کے لیے مدد دی جاسکتی ہے)

ہاتھ سے پکڑنا (GRASP)

		0	نہ کر سکتا	کہک کی طرح پکڑنا (A) انگلیوں کے جوڑوں کو جھکانا IP اور DIP جوڑے (دوسے پانچ انگلیاں) انگلیوں کو آخری جوڑے MCP سے سیدھا رکھنا (Extension in MCP) (دوسے پانچ انگلیاں)
2	1	0	مزاحمت کے خلاف، معمولی حد تک اس حالت کو قائم رکھ سکتا اس حالت کو مزاحمت کے خلاف قائم رکھ سکتا	
		0	نہ کر سکتا	(B) انگوٹھے کو ہاتھ کے ساتھ ملانا (Adduction) انگوٹھے کے جوڑے IP, MCP, CMC 0 ڈگری تک، کاغذ کے ٹکڑے کو انگوٹھے اور دوسرے MCP جوڑے کے درمیان پکڑنا
2	1	0	کاغذ کو پکڑ سکتا لیکن کھینچنے کے دوران میں نہ پکڑ سکتا کھینچنے کے دوران میں بھی کاغذ کو پکڑ کر رکھنا	
		0	نہ کر سکتا	(C) مخالف پوروں میں پکڑنا (Pincer grasp) اپوزیشن (Opposition) انگوٹھے اور دوسری انگلی کے پور سے پنسل کو پکڑنا، اوپر کی طرف کھینچنا
2	1	0	پنسل کو پکڑ سکتا لیکن کھینچنے کے دوران میں نہ پکڑ سکتا کھینچنے کے دوران میں بھی پنسل کو پکڑ کر رکھنا	
		0	نہ کر سکتا	(D) سلیڈر نما چیز پکڑنا، سلیڈر کی شکل کا (چھوٹا کین، 4-5 سینٹی میٹر کا قطر) اوپر کھینچنا، انگوٹھا اور انگلیاں ایک دوسرے کے مخالف (opposition)
2	1	0	سلیڈر پکڑ سکتا لیکن کھینچنے کے دوران میں نہ پکڑ سکتا کھینچنے کے دوران میں بھی سلیڈر کو پکڑ کر رکھنا	
		0	نہ کر سکتا	(E) کروی نما چیز پکڑنا انگلیاں باہر کی طرف پھیلا نا/ جھکانا (Abduction/Flexion) انگوٹھا مخالف سمت، ٹینس کا گیند پکڑنا، باہر کھینچنا
2	1	0	گیند کو پکڑ سکتا لیکن کھینچنے کے دوران میں نہ پکڑ سکتا کھینچنے کے دوران گیند کو پکڑے رکھنا	

C-ذیلی مجموعہ (زیادہ سے زیادہ 14)

بالکل نہیں	معمولی	واضح	بیٹھے ہوئے ایک باردونوں ہاتھوں سے کروانے کے بعد، بند آنکھوں کے ساتھ درمیان والی انگلی کو گھٹنے سے ناک پر لگانا پانچ دفعہ کرنا ہے جتنا تیزی سے ہو سکے	D- باہمی ربط / رفتار (Co-ordination - Speed)
------------	--------	------	---	---

2	1	0	کم سے کم ایک حرکت مکمل کرے	کمپنچا ہٹ (Tremor)
2	1	0	واضح یا غیر منظم کم اور منظم	فاصلے کی پہچان نہ ہونا (Dysmetria)
<2s	2-5s	>6s	نہ ہونا (No dysmetria)	
2	1	0	غیر متاثرہ حصے سے چھ (6) سیکنڈ تک آہستہ ہونا یا اس بھی زیادہ آہستہ ہونا۔ غیر متاثرہ حصے سے دو سے پانچ (2-5) سیکنڈ تک آہستہ ہونا دو (2) سیکنڈ سے کم فرق ہونا	وقت شروع اور آخر میں گھٹنوں پر ہو

مکمل مجموعہ D (زیادہ سے زیادہ چھ (6))

مکمل مجموعہ A-D (زیادہ سے زیادہ (66) چھیا سٹھ)

معمول کے مطابق	کم یا غیر معمولی احساس	بے حس ہونا		H- محسوسات (Sensation): جسم کے اوپر والا حصہ (Upper extremity) بند آنکھوں کے ساتھ غیر متاثرہ حصے سے موازنہ کرنا
2	1	0	اوپر والا بازو، نیچے والا بازو	ہاگسا چھونا
2	1	0	ہاتھ کی ہتھیلی پر	
سوفیصد ٹھیک ہونا بالکل فرق نہ ہونا	تین چوتھائی ٹھیک ہونا (یا) واضح فرق	تین سے کم ٹھیک ہونا (یا) نہ ہونا		
2	1	0	کندھا	حالت (Position)
2	1	0	کہنی	معمولی تبدیلیاں حالت (Position) میں
2	1	0	کلائی	
2	1	0	انگوٹھا (درمیان جوڑ۔ IP)	

H- ذیلی مجموعہ: (زیادہ سے زیادہ 12)

جوزوں کا درد۔ خود سے غیر مزاحمتی حرکت کے دوران			(I) خود سے جوزوں کی غیر مزاحمتی حرکت کروانا (Passive Joint Motion) جسم کے اوپر والا حصہ (UPPER EXTREMITY) بیٹھے ہوئے غیر متاثرہ حصے سے موازنہ کرنا		
کوئی درد نہیں	کچھ درد	واضح لگاتار درد حرکت کے دوران	معمول کے مطابق	کم ہونا	صرف چند ڈگری کندھے میں دس (10) سے کم ہونا
2	1	0	2	1	0
2	1	0	2	1	0
2	1	0	2	1	0
2	1	0	2	1	0

کندھا

بازو کو سامنے سے اوپر کی طرف اٹھانا (Flexion) 180-0

بازو کو باہر کی طرف سے اوپر اٹھانا (Abduction) 90-0

بازو کو باہر کی طرف موڑنا (External Rotation)

بازو کو اندر کی طرف موڑنا (Internal Rotation)

						کہنی
2	1	0	2	1	0	نیچے والے بازو کو کہنی سے اوپر اٹھانا (Flexion)
2	1	0	2	1	0	بازو کو کہنی سے سیدھا کرنا (Extension)
						نیچے والا بازو
2	1	0	2	1	0	بازو اندر کی طرف گھمانا (Pronation)
2	1	0	2	1	0	بازو باہر کی طرف گھمانا (Supination)
						کلائی
2	1	0	2	1	0	ہاتھ کلائی سے نیچے کی طرف کرنا (Flexion)
2	1	0	2	1	0	ہاتھ کلائی سے اوپر کی طرف اٹھانا (Extension)
						انگلیاں
2	1	0	2	1	0	انگلیوں کو جھکانا (Flexion)
2	1	0	2	1	0	انگلیوں کو سیدھا کرنا (Extension)

36	A- جسم کے اوپر والا حصہ - کندھا اور بازو (Upper Extremity)
/10	B کلائی
/14	C ہاتھ
/6	D باہمی ربط / رفتار
/66	ذیلی مجموعہ A-D (حرکی کارکردگی)
/12	H محسوسات
/24	اجوڑ کو خود غیر مزاحمتی حرکت کروانا (Passive Joint Motion)
/24	L جوڑوں کا درد