



Heeft u de afgelopen dagen moeite gehad onderstaande activiteiten uit te voeren vanwege uw rug- of bekkenklachten? Zet dan bij elke activiteit een kruisje in de kolom die voor u van toepassing is. Indien u sommige activiteiten niet doet probeert u zich dan voor te stellen hoe het zou zijn als u het wel deed. Is er mogelijk een andere oorzaak dan rug- of bekkenklachten waardoor u iets niet goed kunt? Ja / Nee Zo ja, welke?

Naam:

Geb. dat:

totaal geen moeite nauwelijks moeite enige moeite veel moeite zeer veel moeite niet in staat

1. Opstaan uit bed	()	()	()	()	()	()
2. De hele nacht slapen	()	()	()	()	()	()
3. Omdraaien in bed	()	()	()	()	()	()
4. Auto rijden	()	()	()	()	()	()
5. 20 tot 30 minuten (achter elkaar) staan	()	()	()	()	()	()
6. Enkele uren in een stoel zitten	()	()	()	()	()	()
7. Een trap oplopen	()	()	()	()	()	()
8. Een klein eindje lopen	()	()	()	()	()	()
9. Enkele kilometers lopen	()	()	()	()	()	()
10. Naar een hoge plank reiken	()	()	()	()	()	()
11. Een bal werpen	()	()	()	()	()	()
12. Een eindje hardlopen	()	()	()	()	()	()
13. Iets uit de koelkast pakken	()	()	()	()	()	()
14. Het bed opmaken	()	()	()	()	()	()
15. Sokken (of panty) aantrekken	()	()	()	()	()	()
16. Voorover buigen om bijvoorbeeld de badkuip of wc. schoon te maken	()	()	()	()	()	()
17. Een stoel verplaatsen	()	()	()	()	()	()
18. Zware deur opentrekken of openduwen	()	()	()	()	()	()
19. Dragen van 2 tassen met boodschappen	()	()	()	()	()	()
20. Een zware koffer optillen en dragen	()	()	()	()	()	()
Punten tellen en vermenigvuldigen x0= x1= x2= x3= x4= x5=



Patiënt Specifieke Klachten (P.S.K.)

Benoem een lichamelijke beperking die u regelmatig tegenkomt die u heel belangrijk vindt en die u het liefste zou zien veranderen in de komende tijd tijdens uw behandeltraject.

Mijn beperking =

Geef een waarde aan uw pijnklachten door een verticale | streep door het onderstaande plaatje te zetten.



VAS score

Visuele Analoge Schaal voor de persoonlijke pijnregistratie

Z.0.Z.