

Naam:

Indien U reeds geopereerd bent geweest, gelieve aan te geven hoe de klachten veranderd zijn sinds de operatie:

- | | | | |
|---|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Geen klachten meer | <input type="checkbox"/> klachten veel beter | <input type="checkbox"/> klachten matig beter | <input type="checkbox"/> Klachten beetje beter |
| <input type="checkbox"/> Klachten gelijk | <input type="checkbox"/> O Klachten iets slechter | <input type="checkbox"/> O Klachten matig slechter | <input type="checkbox"/> O Klachten veel slechter |

Visueel Analoge Score - VAS Sacraal

Gelieve hieronder de pijn een waarde te geven tussen 0 (geen pijn) en 10 (meest erge voorstelbaar)

1. VAS voor beenpijn in rust

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Geen pijn

Meest erge pijn

2. VAS voor beenpijn tijdens activiteiten

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Geen pijn

Meest erge pijn

3. Gelieve de plaats van de pijn aan te geven die U de laatste 4 weken **IN RUST** hebt ervaren:

- | | |
|---|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> lage rug | <input type="checkbox"/> lies regio |
| <input type="checkbox"/> linker bil | <input type="checkbox"/> rechter bil |
| <input type="checkbox"/> linker heup | <input type="checkbox"/> rechter heup |
| <input type="checkbox"/> linker dij | <input type="checkbox"/> rechter dij |
| <input type="checkbox"/> linker kuit | <input type="checkbox"/> rechter kuit |
| <input type="checkbox"/> linker voet | <input type="checkbox"/> rechter voet |
| <input type="checkbox"/> staartbeen/heilig been | |

4. Gelieve de plaats van de pijn aan te geven die U de laatste 4 weken **TIJDENS INSPANNING** hebt ervaren:

- | | |
|---|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> lage rug | <input type="checkbox"/> lies regio |
| <input type="checkbox"/> linker bil | <input type="checkbox"/> rechter bil |
| <input type="checkbox"/> linker heup | <input type="checkbox"/> rechter heup |
| <input type="checkbox"/> linker dij | <input type="checkbox"/> rechter dij |
| <input type="checkbox"/> linker kuit | <input type="checkbox"/> rechter kuit |
| <input type="checkbox"/> linker voet | <input type="checkbox"/> rechter voet |
| <input type="checkbox"/> staartbeen/heilig been | |

Naam:

5. Hoelang kan je maximaal zitten met een aanvaardbaar comfort?

- 5 minuten
- 15 minuten
- 30 minuten
- 45 minuten
- > 1 uur

6. Hoe vaak hindert uw aandoening/klacht met activiteiten als werken, studeren, pensioen

- Nooit
- Af en toe
- Frequent
- Altijd

7. Hoe vaak tijdens een normale weekdag hebt U narcotische pijnstillers (Tramadol, morfines,...) genomen voor uw aandoening/klachten?

..... * per dag

8. Hoe vaak tijdens een normale weekdag hebt U ontstekingsremmers/NSAIDS genomen voor uw aandoening/klachten?

..... * per dag

Naam:

Onderstaande vragenlijst gaat over uw algemene gezondheid.

Gelieve elke vraag te beantwoorden door een antwoord aan te vinken. Bij twijfel kiest U het best passende antwoord.

1. Hoe scoort U over algemeen uw gezondheid?

- Uitstekend
- Zeer goed
- Goed
- Matig
- Slecht

2. In vergelijking met een jaar geleden, hoe scoort U uw gezondheid nu?

- Veel beter nu
- Iets beter nu
- Onveranderd
- Iets slechter nu
- Veel slechter nu

3. De volgende vragen hebben betrekking op uw dagelijkse activiteiten tijdens een typische dag. Beperkt uw gezondheid U in deze activiteiten? Zo ja, in welke mate?

	Ja, ernstig beperkt	Ja, enigszins beperkt	Nee, nu niet beperkt
Zware inspanning, hardlopen, zware gewichten tillen, deelnemen aan uitdagende sport	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Matige inspanning, tafel verplaatsen, stofzuigen, golfen of bowlen,....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Boodschappen tillen of dragen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Meerdere trappen beklimmen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Eén trap beklimmen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Buigen, knielen, bukken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ongeveer één km wandelen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Meerdere km wandelen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Douchen, bad nemen, aankleden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Naam:

4. Hebt U tijdens de voorbije 4 weken problemen gehad op uw werk of tijdens de normale dagelijkse activiteiten als gevolg van uw fysieke gezondheid?

	Ja	Nee
Vermindering van de tijd die U hieraan besteedde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minder bereikt dan gewenst	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Beperkt in het werk/activiteit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Moeite om het werk/activiteit uit te voeren	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Hebt U tijdens de voorbije 4 weken problemen gehad op uw werk of tijdens de normale dagelijkse activiteiten als gevolg van uw emotionele gezondheid (zoals vb. depressie of angst)?

	Ja	Nee
Vermindering van de tijd die U hieraan besteedde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minder bereikt dan gewenst	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minder nauwgezet dan gewoonlijk	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. In welke mate hebben fysieke of emotionele problemen tijdens de voorbije 4 weken invloed gehad op normale sociale activiteiten met familie, vrienden, burens, groepen?

- Helemaal geen
- Licht
- Matig
- Behoorlijk veel
- Extreem veel

7. Hoeveel lichamelijke pijn had u de voorbije 4 weken?

- Geen
- Zeer beperkt
- Beperkt
- Matig
- Ernstig
- Zeer ernstig

Naam:

8. In welke mate heeft pijn de voorbije 4 weken invloed gehad op het normale werken? (zowel beroepsmatig als thuis)

- Helemaal geen
- Licht
- Matig
- Behoorlijk veel
- Extreem veel

9. Volgende vragen gaan over hoe U zich voelt en hoe zaken liepen de voorbije 4 weken. Gelieve voor elke vraag het meest passende antwoord aan te vinken. Hoeveel tijd tijdens de voorbije 4 weken....

	<i>De hele tijd</i>	<i>De meeste tijd</i>	<i>Behoorlijk veel tijd</i>	<i>Enigszins wat tijd</i>	<i>Klein beetje tijd</i>	<i>Geen tijd</i>
<i>Voelde U zich enthousiast?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<i>Voelde U zich zeer nerveus/gestrest?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<i>Voelde U zich zo in de put dat niets U kon opvrolijken?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<i>Voelde U zich kalm en vredig?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<i>Had U veel energie?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<i>Voelde u zich neerslachtig/triest?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<i>Voelde U zich versleten?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<i>Was U een vrolijk/tevreden persoon?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<i>Voelde U zich vermoeid?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Hoeveel tijd heeft uw fysieke gezondheid of emotionele problematiek de voorbije 4 weken invloed gehad op uw sociale activiteiten?

- Hele tijd
- Meeste tijd
- Deel van de tijd
- Weinig tijd
- Geen tijd

Naam:

11. Hoe WAAR of VALS is elke onderstaande uitdrukking?

	Zeker WAAR	Meestal WAAR	Geen idee	Meestal VALS	Zeker VALS
<i>Ik wordt sneller/gemakkelijker ziek dan andere mensen</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<i>Ik ben even gezond als iedereen die ik ken</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<i>Ik verwacht dat mijn gezondheid slechter wordt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<i>Mijn gezondheid is excellent</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Dr. Ricky Rasschaert

Naam:

Gelieve volgende vragenlijst in te vullen. Er wordt gevraagd naar de invloed van rugpijn/beenpijn tijdens het dagelijks leven. Vink telkens 1 antwoord aan dat het meeste past bij uw situatie vandaag.

Onderdeel 1 – Ernst van de pijn

- Ik kan de pijn verdragen zonder pijnstillers te hoeven gebruiken
- De pijn is erg, maar ik hoef nog net geen pijnstillers te gebruiken
- Pijnstillers doen de pijn volledig verdwijnen
- Pijnstillers helpen matig tegen de pijn
- Pijnstillers helpen maar een beetje
- Pijnstillers helpen niet en ik gebruik ze dus niet

Onderdeel 2 – Zelfverzorging (wassen, kleden)

- Ik kan mijzelf normaal wassen en aankleden zonder extra pijn
- Ik kan mijzelf normaal wassen en aankleden maar heb dan wel extra pijn
- Als ik mijzelf was en aankleed doet het pijn en daarom ben ik daar langzaam en voorzichtig mee
- Ik heb enige hulp nodig maar kan m.b.t. wassen en aankleden het meeste zelf
- Ik heb elke dag hulp nodig bij de meeste aspecten van de zelfverzorging
- Ik kleed me niet aan, was mezelf met moeite en blijf in bed

Onderdeel 3 – Tillen

- Ik kan een zwaar voorwerp zonder extra pijn tillen
- Ik kan een zwaar voorwerp tillen maar dat doet extra pijn
- Ik kan door de pijn geen zware voorwerpen van de grond optillen, maar het lukt me wel als ze op een handige plaats staan, bijv. op tafel
- Ik kan door de pijn geen zware voorwerpen tillen maar wel lichte tot middelzware als ze op een handige plaats staan
- Ik kan alleen heel lichte voorwerpen tillen
- Ik kan niets tillen of dragen

Onderdeel 4 – Lopen

- Pijn voorkomt niet dat ik ver kan lopen
- Pijn voorkomt dat ik verder kan lopen dan 2 kilometer
- Pijn voorkomt dat ik verder kan lopen dan 1 kilometer
- Pijn voorkomt dat ik verder kan lopen dan 500 meter
- Ik kan alleen met een stok of krukken lopen
- Ik breng het grootste deel van de tijd in bed door en moet naar het toilet kruipen

Onderdeel 5 – Zitten

- Ik kan in elke stoel zitten zo lang als ik wil
- Ik kan allen in mijn favoriete stoel zitten zolang als ik wil
- Ik kan door de pijn niet langer dan een uur blijven zitten
- Ik kan door de pijn niet langer dan een half uur blijven zitten
- Ik kan door de pijn niet langer dan 10 minuten blijven zitten
- Ik kan door de pijn helemaal niet zitten

Onderdeel 6 – Staan

- Ik kan staan zolang ik wil zonder meer pijn te krijgen
- Ik kan staan zolang ik wil, maar dat veroorzaakt meer pijn
- Door de pijn kan ik niet langer dan 1 uur blijven staan
- Door de pijn kan ik niet langer dan 30 minuten blijven staan
- Door de pijn kan ik niet langer dan 10 minuten blijven staan
- Door de pijn kan ik niet blijven staan

Onderdeel 7 – Slapen

- Ondanks de pijn slaap ik goed
- Ik kan alleen goed slapen als ik tabletten inneem
- Zelfs als ik tabletten inneem slaap ik minder dan 6 uur per nacht
- Zelfs als ik tabletten inneem slaap ik minder dan 4 uur per nacht
- Zelfs als ik tabletten inneem slaap ik minder dan 2 uur per nacht
- Door de pijn slaap ik in het geheel niet

Onderdeel 8 – Het sexleven

- Mijn sexleven is normaal en bezorgt me geen extra pijn
- Mijn sexleven is normaal maar bezorgt me wel extra pijn
- Mijn sexleven is bijna normaal maar erg pijnlijk
- Mijn sexleven wordt ernstig beperkt door de pijn
- Mijn sexleven is vrijwel afwezig door de pijn
- Door de pijn heb ik in het geheel geen sexleven meer

Onderdeel 9 – Het sociale leven

- Mijn sociale leven is normaal en bezorgt me geen extra pijn
- Mijn sociale leven is normaal maar bezorgt me wel extra pijn
- Met uitzondering van de meer inspannende bezigheden zoals dansen e.d. heeft de pijn niet een belangrijke invloed op mijn sociale leven
- De pijn heeft mijn leven beperkt en ik ga minder vaak de deur uit
- Door de pijn is mijn sociale leven beperkt tot mijn eigen huis
- Ik heb geen sociaal leven vanwege de pijn

Onderdeel 10 – Reizen/Transport

- Ik kan overal naar toe reizen zonder extra pijn
- Ik kan overal naar toe reizen maar heb dan extra pijn
- De pijn is weliswaar erg maar ik kan toch reizen maken die langer duren dan 2 uur
- Door de pijn kan ik niet langer reizen dan 1 uur
- Door de pijn kan ik slechts korte, noodzakelijke tochtjes maken die korter duren dan 30 minuten
- Door de pijn ga ik alleen maar de deur uit om naar de dokter of het ziekenhuis te gaan