|  |
| --- |
|  |
| Gezondheidsvragenlijst |
|  |
|  |
| Nederlandse versie voor Nederland |
|  |
| *(Dutch version for the Netherlands)* |

|  |  |
| --- | --- |
| Zet bij iedere groep in de lijst hieronder een kruisje in het hokje dat het best past bij uw gezondheid VANDAAG. | |
| MOBILITEIT |  |
| Ik heb geen problemen met lopen | ❑ |
| Ik heb een beetje problemen met lopen | ❑ |
| Ik heb matige problemen met lopen | ❑ |
| Ik heb ernstige problemen met lopen | ❑ |
| Ik ben niet in staat om te lopen | ❑ |
| ZELFZORG |  |
| Ik heb geen problemen met mijzelf wassen of aankleden | ❑ |
| Ik heb een beetje problemen met mijzelf wassen of aankleden | ❑ |
| Ik heb matige problemen met mijzelf wassen of aankleden | ❑ |
| Ik heb ernstige problemen met mijzelf wassen of aankleden | ❑ |
| Ik ben niet in staat mijzelf te wassen of aan te kleden | ❑ |
| DAGELIJKSE ACTIVITEITEN *(bijv. werk, studie, huishouden, gezins- en vrijetijdsactiviteiten)* |  |
| Ik heb geen problemen met mijn dagelijkse activiteiten | ❑ |
| Ik heb een beetje problemen met mijn dagelijkse activiteiten | ❑ |
| Ik heb matige problemen met mijn dagelijkse activiteiten | ❑ |
| Ik heb ernstige problemen met mijn dagelijkse activiteiten | ❑ |
| Ik ben niet in staat mijn dagelijkse activiteiten uit te voeren | ❑ |
| PIJN / ONGEMAK |  |
| Ik heb geen pijn of ongemak | ❑ |
| Ik heb een beetje pijn of ongemak | ❑ |
| Ik heb matige pijn of ongemak | ❑ |
| Ik heb ernstige pijn of ongemak | ❑ |
| Ik heb extreme pijn of ongemak | ❑ |
| ANGST / SOMBERHEID |  |
| Ik ben niet angstig of somber | ❑ |
| Ik ben een beetje angstig of somber | ❑ |
| Ik ben matig angstig of somber | ❑ |
| Ik ben erg angstig of somber | ❑ |
| Ik ben extreem angstig of somber | ❑ |

De beste gezondheid die u zich kunt voorstellen

|  |
| --- |
| We willen weten hoe goed of slecht uw gezondheid VANDAAG is. |
| Deze meetschaal loopt van 0 tot 100. |
| 100 staat voor de beste gezondheid die u zich kunt voorstellen. 0 staat voor de slechtste gezondheid die u zich kunt voorstellen. |
| Markeer een X op de meetschaal om aan te geven hoe uw gezondheid VANDAAG is. |
| Noteer het getal waarbij u de X heeft geplaatst in onderstaand vakje. |

UW GEZONDHEID VANDAAG =

10

0

20

30

40

50

60

80

70

90

100

5

15

25

35

45

55

75

65

85

95

De slechtste gezondheid die u zich kunt voorstellen