

# Patiënt Specifieke Klachten, PSK

Beurskens 1996

## Toelichting voor de patiënt

Uw klachten hebben invloed op de activiteiten en bewegingen die u dagelijks doet en moeilijk te vermijden zijn. De gevolgen van deze klachten zijn voor iedereen verschillend. Elk persoon zal bepaalde activiteiten en bewegingen graag zien verbeteren door de behandeling.

Probeer de activiteiten te benoemen waar u de afgelopen week door uw klachten moeilijkheden mee had. We vragen u activiteiten te benoemen die **u heel belangrijk vindt** en die u het liefst zou **zien verbeteren** in de **komende weken**.

Naam:

Datum:

# PSK scoreformulier

Benoem de **3 belangrijkste activiteiten** (moeilijk uitvoerbaar en vaak voorkomend) en rangschik ze naar mate van belangrijkheid:

1. ....

2. ....

3. ....

Extra: .....

### Invulvoorbeeld

#### **Activiteit: wandelen**

Scoort u **0**, dan kost het wandelen u **geen enkele moeite**

*geen enkele moeite*    **0**    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    *onmogelijk*

Scoort u **10**, dan is het wandelen **onmogelijk** voor u

*geen enkele moeite*    0    1    2    3    4    5    6    7    8    9    **10**    *onmogelijk*

### Score van de eerste 3 activiteiten

**Activiteit 1:** .....

Hoe moeilijk was het voor u in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

*geen enkele moeite*    0    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    *onmogelijk*

**Activiteit 2:** .....

Hoe moeilijk was het voor u in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

*geen enkele moeite*    0    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    *onmogelijk*

**Activiteit 3:** .....

Hoe moeilijk was het voor u in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

*geen enkele moeite*    0    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    *onmogelijk*

# PSK Activiteitenlijst

## Chronische Lage Rugpijn

### Loopfuncties

- Lopen, wandelen
- Staan
- Traplopen
- Buitenshuis lopen op effen terrein
- Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- Hardlopen

### Sport / hobby's

- Fietsen
- Fitness
- Tuinieren

### Huishouden

- Strijken
- Ramen wassen
- Bed opmaken
- Stofzuigen
- Het dragen van voorwerpen  
b.v. boodschappen/wasmand

### Activiteiten Dagelijks Leven

- Aan- en uitkleden
- In bed liggen
- Seksuele activiteiten
- Omdraaien in bed
- Opstaan uit bed
- Opstaan uit een stoel
- Gaan zitten in een stoel
- Lang achtereen zitten
- In/uit auto stappen
- Rijden in een auto/bus
- Tillen
- Voorover buigen

### Andere activiteiten

- 
- 
-

# PSK Activiteitenlijst

## Hartpatiënten

### Loopfuncties

- Traplopen
- Lopen, wandelen
- Buitenshuis lopen op effen terrein
- Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- Berg op lopen
- Berg af lopen
- Hardlopen, rennen

### Evenwicht

- Huppen
- Hurken

### Sport/hobby's

- Fietsen
- Conditietraining
- Fitness
- Balsporten
- Tuinieren

### Huishouden

- Ramen wassen
- Poetsen
- Bed opmaken
- Vegen
- Stofzuigen
- Tegels afwassen

### Activiteiten Dagelijks Leven

- Boodschappen doen
- Liggen
- Bukken
- Tillen

### Andere activiteiten

- 
- 
-

# PSK activiteitenlijst

## M. Parkinson

### Loopfuncties

- Traplopen
- Lopen, wandelen
- Opstaan
- Buitenshuis lopen op effen terrein
- Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- Afwikkelen van de voet
- Bergop lopen
- Bergaf lopen
- Hardlopen

### Evenwicht

- Stil staan
- Hurken
- Voorover buigen

### Sport / hobby's

- Fietsen
- Conditietraining
- Fitness
- Balsporten
- Tuinieren
- Handwerken
- Lezen
- Knutselen

### Huishouden

- Strijken
- Koken
- Poetsen
- Ramen wassen
- Bed opmaken
- Afwassen
- Wassen
- Vegen
- Stofzuigen
- Boodschappen doen

### Activiteiten Dagelijks Leven

- Aan- en uitkleden
- Draaien in bed
- Liggen
- Zitten
- Eten / drinken
- Tandpoetsen
- Haren kammen
- Praten
- Slikken

### Andere activiteiten

- 
- 
-

# PSK activiteitenlijst

## Claudicatio Intermittens

### Loopfuncties

- o Traplopen
- o Opstaan
- o Lopen, wandelen
- o Buitenshuis lopen
- o Bergop lopen
- o Bergaf lopen
- o Afwikkelen van de voet
- o Hardlopen, rennen

### Sport/hobby's

- o Fietsen
- o Conditietraining
- o Fitness
- o Tuinieren
- o Tennissen
- o Voetballen

### Huishouden

- o Ramen wassen
- o Poetsen
- o Bed opmaken
- o Vegen
- o Stofzuigen

### Activiteiten Dagelijks Leven

- o Boodschappen doen
- o Winkelen

### Andere activiteiten

- o
- o
- o

# PSK activiteitenlijst

## (Chronisch) Enkelletsel

### Loopfuncties

- o Traplopen
- o Opstaan
- o Lopen, wandelen
- o Buitenshuis lopen op effen terrein
- o Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- o Bergop lopen
- o Bergaf lopen
- o Afwikkelen van de voet
- o Hardlopen, rennen

### Evenwicht

- o Huppen
- o Hurken
- o Tenenstand
- o Belasting op aangedane zijde

### Sport/hobby's

- o Fietsen
- o Conditietraining
- o Fitness
- o Tuinieren
- o Balsporten

### Huishouden

- o Poetsen
- o Vegen
- o Stofzuigen

### Activiteiten Dagelijks Leven

- o Boodschappen doen

### Andere activiteiten

- o
- o
- o