

Beperkt uw algemene conditie u in volgende activiteiten?	Ja, veel	Ja, een beetje	Neen
3) Zware activiteiten (zoals lopen, zware dingen tillen)	1	2	3
4) Gewone activiteiten (verplaatsen van een. tafel, stofzuigen)	1	2	3
5) Dragen of tillen van kruidenierswaren	1	2	3
6) Beklimmen van trappen, enkele verdiepen	1	2	3
7) Beklimmen van trappen, één verdiep	1	2	3
8) Vooroverbuigen, knielen, bukken	1	2	3
9) Meer dan 1 km wandelen	1	2	3
10) Meerdere blokken wandelen	1	2	3
11) Eén blok wandelen	1	2	3
12) Bad nemen, zichzelf aankleden	1	2	3

Hebt u gedurende de voorbije 4 weken, door uw fysieke toestand	Ja	Neen
13) de tijd om te werken moeten beperken?	1	2
14) minder bereikt dan u zou willen?	1	2
15) bepaalde zaken niet kunnen uitvoeren?	1	2
16) problemen gehad om te werken?	1	2

Hebt u gedurende de voorbije 4 weken, door uw mentale toestand	Ja	Neen
17) de tijd van werken beperkt?	1	2
18) minder bereikt dan u zou willen?	1	2
19) niet zo zorgvuldig gewerkt?	1	2

20) Hebt u gedurende de laatste 4 weken door uw gezondheid last gehad met uw sociaal leven?

1. helemaal niet
2. zeer weinig
3. gematigd
4. veel
5. heel veel

21) Hoeveel lichamelijke pijn hebt u gedurende de laatste 4 weken gehad?

1. geen
2. zeer licht
3. licht
4. gematigd
5. hevig
6. zeer hevig

22) Hoe dikwijls was de pijn zo erg dat uw werk eronder leed?

1. helemaal niet
2. zeer weinig
3. gematigd
4. veel
5. zeer veel

Hoeveel keer gedurende de voorbije 4 weken	altijd	niet altijd	dikwijls	soms	zelden	niet
23)voelde u zich heel dynamisch?	1	2	3	4	5	6
24)voelde u zich heel erg nerveus?	1	2	3	4	5	6
25)voelde u zich in de put?	1	2	3	4	5	6
26)voelde u zich kalm en gelukkig?	1	2	3	4	5	6
27)had u volop energie?	1	2	3	4	5	6
28)voelde u zich ontmoedigd?	1	2	3	4	5	6
29)voelde u zich uitgeput?	1	2	3	4	5	6
30)voelde u zich een gelukkig iemand?	1	2	3	4	5	6
31)voelde u zich vermoeid?	1	2	3	4	5	6

32) In welke mate beïnvloedde uw gezondheid of uw emotionele problemen uw sociale activiteiten?

1. altijd
2. dikwijls
3. soms
4. zelden
5. niet

Volgende uitspraken zijn:	zeer zeker	ja	weet niet	neen	zeker niet
33)Ik word vlugger ziek dan anderen.	1	2	3	4	5
34)Ik ben even gezond als de andere mensen die ik ken.	1	2	3	4	5
35)Ik denk dat mijn gezondheid achteruitgaat.	1	2	3	4	5
36)Mijn gezondheid is uitstekend.	1	2	3	4	5

Heeft u zich	Ja	Neen
37)tijdens het voorbije jaar gedurende een periode van 2 weken of meer depressief gevoeld?1		2
38)gedurende 2 jaar of meer depressief of slecht gevoeld, ook al voelde u zich soms goed?	1	2
39)gedurende 2 jaar of meer voortdurend depressief of slecht gevoeld?		1 2

40) Wat is uw huidige burgerlijke staat?

1. getrouwd
2. weduwe/weduwnaar
3. alleenstaand
4. gescheiden
5. nooit getrouwd

41) Wat is uw huidige opleiding?

1. lager onderwijs
2. gering middelbaar onderwijs
3. middelbaar onderwijs
4. gering hoger onderwijs
5. hoger onderwijs
6. bijzonder onderwijs

42) Neemt u medicatie? Zo ja, welke en hoeveelheid.

43) Welke diëten volgde u tot nu toe? Hebt u reeds vroeger een maagverkleining ondergaan?

44) Bijkomende belangrijke informatie

NOTA: Gelieve deze lijst, volledig ingevuld, terug te sturen naar:

DR. HEYLEN Alex
Kuringersteenweg 521
3511 Hasselt

Wanneer wij in het bezit zijn van deze lijst, nemen wij telefonisch of via mail (indien u bovenaan een mailadres heeft ingevuld) contact met u op.

Met dank en vriendelijke groeten.