Quebec Back Pain Disability Scale

Onderstaande vragenlijst gaat over de manier waarop u rug- of bekkenklachten uw dagelijks leven beïnvloeden. Mensen met rug- of bekkenklachten kunnen moeite hebben met het uitvoeren van sommige dagelijkse activiteiten. Wij willen graag weten of u moeite heeft met het uitvoeren van onderstaande activiteiten vanwege uw rug- of bekkenklachten. Indien u sommige activiteiten om een of meer andere redenen niet doet probeert u zich dan voor te stellen hoe het zou zijn als u het wel zou doen.

Wilt u bij iedere activiteit één antwoord kiezen (geen activiteit overslaan) en het daarbij behorende hokje aanstrepen.

Had u vandaag moeite om de volgende activiteiten uit te voeren vanwege rug- of bekkenklachten?

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | 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 min. (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 hard lopen |  |  |  |  |  |  |
| 13 | Iets uit de koelkast pakken |  |  |  |  |  |  |
| 14 | Het bed opmaken |  |  |  |  |  |  |
| 15 | Sokken (of panty) aantrekken |  |  |  |  |  |  |
| 16 | Voorover buigen |  |  |  |  |  |  |
| 17 | Een stoel verplaatsen |  |  |  |  |  |  |
| 18 | Een zware deur opendoen |  |  |  |  |  |  |
| 19 | Dragen van 2 tassen met boodschappen |  |  |  |  |  |  |
| 20 | Een zware koffer tillen of dragen |  |  |  |  |  |  |
| Dit niet invullen: | | …x0= | …x1= | …x2= | …x3= | …x4= | …x5= |
|  | | … | +… | +… | +… | +… | ­­=... |