

Intakevragenlijst

We willen u vragen deze vragenlijst in te vullen voordat u voor de eerste keer uw fysiotherapeut bezoekt. De vragenlijst bestaat uit vier pagina's. Het doorlopen van alle vragen is voor u (en uw mantelzorger) een goede manier om te bedenken aan welke problemen u wilt werken tijdens de fysiotherapie. De antwoorden die u invult, geven uw fysiotherapeut een goed beeld van welke problemen u het belangrijkste vindt, en van wat u lichamelijk aankunt.

Datum: _____

Uw naam: _____

Het doel van uw fysiotherapie

1. Aan welke problemen zou u graag het eerst werken?

2. Wat hebt u al geprobeerd om deze problemen aan te pakken?

3. Hoe goed heeft dat gewerkt?

4. Wat verwacht u van de fysiotherapie?

5. Zijn er nog dingen die uw fysiotherapeut over u moet weten? Hebt u bijvoorbeeld behalve de ziekte van Parkinson nog andere gezondheidsproblemen?

6. Hebt u vragen voor uw fysiotherapeut?

Vallen

7. Bent u in de afgelopen 12 maanden om wat voor reden dan ook gevallen, gestruikeld of uitgegleden? Het maakt hierbij niet uit of het vallen, struikelen of uitglijden te maken had met de ziekte van Parkinson.

- Nee
- Ja

8. Bent u in de afgelopen 12 maanden bijna gevallen? Hiermee bedoelen we dat u een volledige val nog maar net kon voorkomen.

- Nee
- Ja

9. Hoe bang bent u om te vallen?

- Helemaal niet bang
- Een beetje bang
- Behoorlijk bang
- Heel bang

Freezing

Met *freezing* bedoelen we het gevoel dat u met de voeten aan de grond genageld staat. Freezing kan gepaard gaan met trillende benen en het maken van kleine schuifelpasjes. U kunt er last van krijgen wanneer u aanstalten maakt om te gaan lopen, wanneer u een bocht maakt of wanneer u door een smalle doorgang of in een ruimte met veel andere mensen loopt. Weet u niet zeker of u last hebt van freezing? Kijk dan eens naar het freezingfilmpje op www.parkinsonnet.info/euguideline.

10. Hebt u in de afgelopen maand last gehad van freezing?

- Nee
- Ja

Lichamelijke activiteit

11. Noteer hieronder voor elke activiteit die u in de afgelopen week hebt verricht, hoeveel minuten u daaraan hebt besteed. Vul daarbij het totale aantal minuten in, voor de zeven dagen bij elkaar.

Activiteiten	Totale tijdsbesteding, afgelopen 7 dagen samen
Op een horizontale ondergrond lopen (binnen, buiten of op een loopband)	minuten:
Bergopwaarts of een trap op lopen, of rennen	minuten:
Op een horizontale ondergrond fietsen (buiten of op een hometrainer)	minuten:
Bergopwaarts of in een hoog tempo fietsen (buiten of op een hometrainer)	minuten:
Dansen, recreatief zwemmen, gymnastiek, trainen in een beweeggroep, yogaën, tennissen (dubbelspel) of golfen	minuten:
Baantjes zwemmen op een vast tempo, tennissen (enkelspel) of roeien	minuten:
Vegen, ramen wassen of harken	minuten:
Spitten, verrichten van zware bouwwerkzaamheden, tillen van zware dingen, houthakken of sneeuw schuiven	minuten:
Andere activiteiten, namelijk:	minuten:

12. Hoe actief was u deze week als u dat vergelijkt met eerdere weken?

- Deze week actiever
- Even actief
- Deze week minder actief

13. Met welke activiteiten die u in het verleden geregeld deed, bent u in de afgelopen twaalf maanden gestopt?

14. Waarom bent u daarmee gestopt?

15. Geef hieronder voor elke activiteit aan of u die wel of niet moeilijk uit te voeren vindt, door in de betreffende kolom een kruisje te zetten. Vindt u de activiteit niet moeilijk, maar krijgt u bij het uitvoeren ervan wel problemen als freezing, pijn of verlies van uw evenwicht? Zet dan ook een kruisje onder 'Moeilijk'.

Domein	Activiteit	Moeilijk	Niet moeilijk
Lopen	lopen binnenshuis		
	lopen buitenshuis		
	draaien		
	beginnen met lopen		
	traplopen		
	lopen tijdens het doen van een dubbeltaak		
	lopen door een smalle doorgang		
	stoppen met lopen		
Transfers	omdraaien in bed		
	in of uit bed gaan		
	in of uit de auto stappen		
	gaan zitten op of opstaan van een stoel		
	gaan zitten op of opstaan van het toilet		
	in of uit bad stappen		
	een voorwerp oprapen van de grond		
	opstaan vanaf de grond		
	op de fiets stappen of afstappen van de fiets		
Arm- en hand- vaardigheid	bij het huishouden, bijvoorbeeld bij het bereiden van maaltijden of het huishouden doen		
	bij zelfverzorging, bijvoorbeeld bij het eten, wassen en aankleden		

16. Geef aan of u last hebt van de onderstaande klachten, door een kruisje in de betreffende kolom te zetten:

Domein	Klacht	Ja	Nee
Fysieke functies	snel buiten adem raken		
	spierzwakte		
	stijfheid		
Pijn	pijn		

Het kan handig zijn om uw mantelzorger of een vriend mee te nemen als u naar uw fysiotherapeut gaat. Samen kunnen jullie immers meer onthouden dan alleen!