

## ERVAREN GEZONDHEIDSTOESTAND (Nottingham health profile)

Hieronder staat een aantal uitspraken. Wilt u bij elke uitspraak aangeven of deze **de afgelopen week** wel of niet op u van toepassing is. Het gaat dus om de afgelopen week. U kunt antwoorden met "ja" of "nee".

De uitspraken lijken soms op elkaar, maar ze zijn toch niet hetzelfde.

	JA	NEE
Ik ben altijd moe	0	0
Ik heb 's nachts pijn	0	0
Ik word overal depressief van	0	0
Ik heb ondraaglijke pijn	0	0
Ik neem pillen in om in slaap te komen	0	0
Het is lang geleden dat ik voor het laatst plezier heb gehad	0	0
Ik voel me gespannen	0	0
Ik heb pijn als ik van houding verander	0	0
Ik voel me eenzaam	0	0
Ik kan alleen maar binnenshuis rondwandelen	0	0
Ik vind het moeilijk om te bukken	0	0
Alles kost me moeite	0	0
Ik word wakker in de vroege ochtenduren	0	0
Ik kan helemaal niet lopen	0	0
Ik vind het moeilijk om met anderen contact te leggen	0	0
De dagen lijken eindeloos te duren	0	0
Ik kan moeilijk stoepen en trappen op en af komen	0	0
Als ik ergens naar moet reiken, kost me dat moeite	0	0
Ik heb pijn bij het lopen	0	0
Ik wordt de laatste tijd snel kwaad	0	0
Ik heb het gevoel dat niemand om me geeft	0	0
Ik lig het grootste deel van de nacht wakker	0	0
Het groeit mij allemaal boven het hoofd	0	0

Ik heb pijn bij het staan	0	0
Het kost me moeite om mezelf aan te kleden	0	0
Ik wordt snel moe	0	0
Het kost me moeite om lang te moeten staan (bijvoorbeeld aan het aanrecht, bij de bushalte, e.d.)	0	0
Ik heb altijd pijn	0	0
Ik heb het gevoel dat ik anderen tot last ben	0	0
Ik kan maar moeilijk in slaap komen	0	0
Zorgen houden me 's nachts wakker	0	0
Ik heb het gevoel dat het leven niet de moeite waard is	0	0
Ik slaap 's nachts slecht	0	0
Ik kan moeilijk met anderen opschieten	0	0
Ik heb hulp nodig om buiten te kunnen lopen (bijvoorbeeld met een wandelstok, of iemand die me ondersteunt)	0	0
Ik heb pijn wanneer ik stoepen of trappen op- of af loop	0	0
Als ik wakker word voel ik me depressief	0	0
Ik heb pijn bij het zitten	0	0