



## QUEBEC PAIN DISABILITY SCALE

Naam: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Geslacht: \_\_\_\_\_ Leeftijd: \_\_\_\_\_

Onderstaande vragenlijst gaat over de manier waarop uw bekken- en rugklachten uw dagelijks leven beïnvloeden. Mensen met bekken- en rugklachten kunnen moeite hebben met het uitvoeren van sommige dagelijkse activiteiten.

Wij willen graag van u weten of u moeite hebt met het uitvoeren van onderstaande activiteiten vanwege uw bekken- en rugklachten.

Wilt u bij iedere activiteit één antwoord kiezen (geen activiteit overslaan) en het bijbehorende cijfer omcirkelen.

### Heeft u vandaag moeite om de volgende activiteiten uit te voeren vanwege bekken- en rugklachten?

	Activiteiten	Totaal geen moeite	Nauwelijks moeite	Enige moeite	Veel moeite	Zeer veel moeite	Niet in staat
1	Opstaan uit bed	0	1	2	3	4	5
2	De hele nacht slapen	0	1	2	3	4	5
3	Omdraaien in bed	0	1	2	3	4	5
4	Auto rijden	0	1	2	3	4	5
5	20 tot 30 minuten staan	0	1	2	3	4	5
6	Enkele uren in een stoel zitten	0	1	2	3	4	5
7	Een trap lopen	0	1	2	3	4	5
8	Een klein eindje lopen (300-400 m)	0	1	2	3	4	5
9	Enkele kilometers lopen	0	1	2	3	4	5
10	Naar een hoge plank reiken	0	1	2	3	4	5
11	Een bal werpen	0	1	2	3	4	5
12	Een eindje hardlopen (circa 100 m)	0	1	2	3	4	5
13	Iets uit de koelkast pakken	0	1	2	3	4	5
14	Het bed opmaken	0	1	2	3	4	5
15	Sokken (of panty) aantrekken	0	1	2	3	4	5
16	Voorover buigen	0	1	2	3	4	5
17	Een stoel verplaatsen	0	1	2	3	4	5
18	Een zware deur openen of duwen	0	1	2	3	4	5
19	Dragen van 2 tassen boodschappen	0	1	2	3	4	5
20	Een zware koffer tillen of dragen	0	1	2	3	4	5
	totaal						
	score						