

Vragenlijsten behorende bij screening oncologische revalidatie

Hieronder vindt u een aantal vragenlijsten die u heeft gekregen van de oncologieverpleegkundige. We vragen u deze vragenlijsten in te vullen en mee te nemen voorafgaand aan het bezoek aan de revalidatiearts. Zo kan de revalidatiearts een eerste inschatting maken welke vorm van oncologische revalidatie voor u geschikt is.

Inhoud

- CES-D (Benodigde tijd maximaal 10 minuten)
- PSK (Benodigde tijd ongeveer 10-20 minuten)
- VAS-vermoeidheid (Benodigde tijd maximaal 1 minuut)

CES-D (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)

Instructie

De CES-D is een instrument waarmee de ernst van depressieve symptomen goed kan worden vastgesteld. Het gaat hierbij om depressieve symptomen en niet om het vaststellen van een depressie.

Met dit instrument kunnen niet alleen 'ernstige situaties' worden gedetecteerd, maar ook de mildere symptomen. De vragenlijst telt 20 eenvoudig en bondig geformuleerde stellingen die door uzelf (thuis) kunnen worden ingevuld.

Er wordt gevraagd naar uw gemoedstoestand gedurende **de afgelopen week**.

De volgende antwoordmogelijkheden komt u tegen:

- 0: zelden of nooit (minder dan 1 dag)
- 1: soms of weinig (1 – 2 dagen)
- 2: regelmatig (3 - 4 dagen)
- 3: meestal of altijd (5 - 7 dagen)

Het is belangrijk dat u de vragenlijst alleen, zonder hulp van anderen invult.

De benodigde tijd: maximaal 10 minuten.

Omcirkel achter elke uitspraak het cijfer dat het beste uw gevoel of gedrag van de afgelopen week weergeeft.

Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum
Maatweg 3
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn
Molenweg 2
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld
(Medisch Centrum de Burgt)
Nederwoudseweg 17
3772 TD Barneveld

Locatie Nijkerk
(De Nije Veste)
Oranjelaan 104
3862 CX Nijkerk

Postadres:

Postbus 1502
3800 BM Amersfoort

Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50
Afspraken: 033 – 850 60 70

KvK Gooi en Eemland:

32082917

www.meandermedischcentrum.nl

	Zelden of nooit (minder dan 1 dag)	Soms of weinig (1-2 dagen)	Regelmatig (3-4 dagen)	Meestal of altijd (5-7 dagen)
Tijdens de afgelopen week:				
1. Stoorde ik me aan dingen, die me gewoonlijk niet storen.	0	1	2	3
2. Had ik geen zin in eten, was mijn eetlust slecht.	0	1	2	3
3. Bleef ik maar in de put zitten, zelfs als familie of vrienden probeerden me er uit te halen.	0	1	2	3
4. Voelde ik me even veel waard als ieder ander.	0	1	2	3
5. Had ik moeite mijn gedachten bij mijn bezigheden te houden.	0	1	2	3
6. Voelde ik me gedeprimeerd.	0	1	2	3
7. Had ik het gevoel dat alles wat ik deed me moeite kostte.	0	1	2	3
8. Had ik goede hoop voor de toekomst.	0	1	2	3
9. Vond ik mijn leven een mislukking.	0	1	2	3
10. Voelde ik me bang.	0	1	2	3
11. Sliep ik onrustig.	0	1	2	3
12. Was ik gelukkig.	0	1	2	3
13. Praatte ik minder dan gewoonlijk.	0	1	2	3
14. Voelde ik me eenzaam.	0	1	2	3
15. Waren de mensen onaardig.	0	1	2	3
16. Had ik plezier in het leven.	0	1	2	3
17. Had ik huilbuien.	0	1	2	3
18. Was ik treurig.	0	1	2	3

19. Had ik het gevoel dat mensen me niet aardig vonden.	0	1	2	3
20. Kon ik maar niet op gang komen.	0	1	2	3

© Noordelijk Centrum voor Gezondheidsvraagstukken, Rijksuniversiteit Groningen.

Patiënt Specifieke Klachtenlijst (PSK)

Instructie

De Patiënt Specifieke Klachtenlijst (PSK) is een vragenlijst om specifieke fysieke beperkingen/problemen helder te krijgen. Deze vragenlijst bestaat uit een lijst met voorbeeld activiteiten en een scoreformulier. Het invullen van de vragenlijst zal tussen de 10 – 20 minuten in beslag nemen.

Activiteit(en) kiezen

Uw klachten hebben invloed op activiteiten en bewegingen die u dagelijks doet en moeilijk te vermijden zijn. Voor iedereen zijn de gevolgen van de behandeling van kanker verschillend. Ieder persoon zal bepaalde activiteiten en bewegingen graag zien verbeteren door de revalidatie behandeling.

In deze vragenlijst staan een aantal activiteiten en bewegingen die u (veel) moeite zouden kunnen kosten om uit te voeren. Probeer de activiteiten te herkennen waar u de afgelopen week problemen mee had. Dit zullen activiteiten zijn die vaak voorkwamen in uw dagelijks functioneren voordat u ziek werd, maar die u nu (nog) niet (naar wens) kan uitvoeren. Kleur of kruis het bolletje aan voor deze activiteit.

Bij het kiezen van activiteiten is de mate van beperking niet zozeer van belang. Het gaat om die activiteiten die u voorheen deed, nu graag weer zou willen, maar die u nog niet op de manier kan uitvoeren zoals u wenst. Ook kunt u altijd zelf een activiteit toevoegen als deze niet op de lijst staat, maar waar u wel een beperking bij ervaart.

Uit de activiteiten die u heeft aangekruist en waarbij u dus beperkt bent, kiest u er 3 die het belangrijkste voor u zijn en/of die u het liefst zo snel mogelijk ziet verbeteren en/of waarbij u de meeste hinder ondervindt. Deze activiteiten mag u in uw eigen woorden op schrijven.

Scoren

Voor de drie door u geselecteerde activiteiten vragen we een score aan te geven van de mate van problemen bij de uitvoering gedurende de afgelopen week.

U doet dit door een verticaal streepje te plaatsen op een horizontale lijn tussen de uiterste scores *geen enkele moeite - onmogelijk*. Als de activiteit u veel moeite koste om uit te voeren zet u het verticale streepje meer naar 'onmogelijk'. Als de activiteit u weinig moeite koste, zet u het verticale streepje meer richting 'geen enkele moeite'.

U doet dit voor elk van de door u geselecteerde activiteiten. Dus in totaal drie keer.

Aandachtspunten bij invullen

- Bij het selecteren van de activiteiten waarbij u een beperking ondervindt mag hulp worden geboden.
- Bij het scoren van de geselecteerde activiteiten, het aangeven op de lijn in welke mate u hinder ondervindt, vragen we u om het alleen te doen, dus zonder hulp van iemand anders.
- De activiteiten die u aangeeft en de mate van beperking gaat over de **afgelopen week**

De activiteiten

0 in bed liggen	0 licht werk in en om het huis
0 omdraaien in bed	0 zwaar werk in en om het huis
0 opstaan uit bed	0 uitvoeren van huishoudelijk werk
0 opstaan uit een stoel	0 het dragen van een voorwerp
0 gaan zitten op een stoel	0 fietsen
0 lang achtereen zitten	0 uitgaan
0 rijden in een auto of bus	0 uitvoeren van werk
0 in/uit de auto stappen	0 tillen
0 staan	0 op bezoek gaan
0 lang achtereen staan	0 seksuele activiteiten
0 in huis lopen	0 uitvoeren van hobby's
0 wandelen	0 sporten
0 hardlopen	0 op reis gaan
0 andere activiteiten	

De belangrijkste activiteiten zijn:

- 1
- 2
- 3

Hoe moeilijk was het in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

Voor activiteit 1:

Geen enkele moeite _____ onmogelijk

Voor activiteit 2:

Geen enkele moeite _____ onmogelijk

Voor activiteit 3:

Geen enkele moeite _____ onmogelijk

VAS - vermoeidheid

Vermoeidheid is een veel voorkomend probleem bij en/of na de behandeling van kanker. Wij willen heel graag een indruk krijgen van de door u ervaren vermoeidheid.

Wilt u op onderstaande lijn de mate van vermoeidheid aangeven die u **de afgelopen week** heeft ervaren.

Dit doet u door een verticaal streepje op de onderstaande lijn te plaatsen. Hoe meer vermoeid u zich voelde, hoe meer u het streepje naar rechts, richting 'heel erg vermoeid' plaatst. Als u zich nauwelijks vermoeid voelde plaatst u het streepje meer richting 'niet vermoeid'.

Wij willen u vragen om dit **alleen** te doen, en niet te overleggen met iemand uit uw omgeving.

Bij het zetten van het streepje is het belangrijk om u zoveel mogelijk te richten op wat u **voelde** de afgelopen week.

Probeer **niet** te overwegen hoe zwaar de belasting gedurende de afgelopen week werkelijk was.

niet vermoeid _____ heel erg vermoeid