

## De last-meter

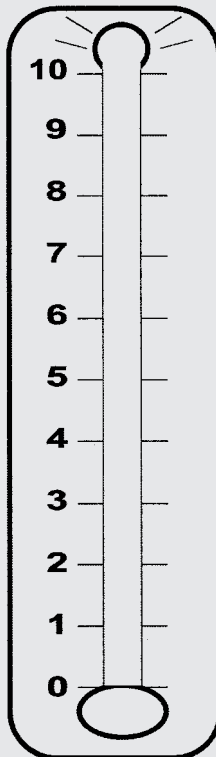
Invuldatum: ..... - ..... - ..... (dag-maand-jaar)

### Hoeveel last heeft u van problemen, klachten, zorgen?

#### Als eerste

Omcirkel het nummer op onderstaande thermometer dat het best samenvat hoeveel last u de afgelopen week (inclusief vandaag) heeft gehad op lichamelijk, emotioneel, sociaal en praktisch gebied.

10 = extreem veel last



0 = helemaal geen last

#### Ten tweede

Wilt u voor onderstaande gebieden aangeven of u de afgelopen week (inclusief vandaag) hier moeite mee hebt gehad of problemen bij hebt ervaren. Wilt u elke vraag beantwoorden?

Ja Nee

#### Praktische problemen

- Ja  Nee zorg voor kinderen
- Ja  Nee wonen/huisvesting
- Ja  Nee huishouden
- Ja  Nee vervoer
- Ja  Nee werk/school/studie
- Ja  Nee financiën
- Ja  Nee verzekering

#### Gezins-/sociale problemen

- Ja  Nee omgang met partner
- Ja  Nee omgang met kinderen
- Ja  Nee omgang met familie/vrienden

#### Emotionele problemen

- Ja  Nee greep hebben op emoties
- Ja  Nee herinneren van dingen
- Ja  Nee zelfvertrouwen
- Ja  Nee angsten
- Ja  Nee neerslachtigheid/somberheid
- Ja  Nee spanning
- Ja  Nee eenzaamheid
- Ja  Nee concentratie
- Ja  Nee schuldgevoel
- Ja  Nee controleverlies

#### Religieuze/spirituele problemen

- Ja  Nee zin van het leven/levensbeschouwing
- Ja  Nee vertrouwen in God/geloof

Ja Nee

#### Lichamelijke problemen

- Ja  Nee uiterlijk
- Ja  Nee veranderde urine-uitscheiding
- Ja  Nee verstopping/obstipatie
- Ja  Nee diarree
- Ja  Nee eten
- Ja  Nee opgezwollen gevoel
- Ja  Nee koorts
- Ja  Nee mondslijmvlies
- Ja  Nee misselijkheid
- Ja  Nee droge, verstopte neus
- Ja  Nee pijn
- Ja  Nee seksualiteit
- Ja  Nee droge, jeukerige huid
- Ja  Nee slaap
- Ja  Nee benauwdheid
- Ja  Nee duizeligheid
- Ja  Nee praten
- Ja  Nee smaakvermogen
- Ja  Nee veranderingen in gewicht
- Ja  Nee tintelingen in handen/voeten
  
- Ja  Nee wassen/aankleden
- Ja  Nee dagelijkse bezigheden
- Ja  Nee moeheid
- Ja  Nee conditie
- Ja  Nee spierkracht

#### Andere problemen

Zou u met een deskundige willen praten over uw problemen?

- ja  misschien  nee