

De lastmeter

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.

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

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

Gezins-/sociale problemen

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

Emotionele problemen

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

Religieuze/spirituele problemen

- zin van het leven

Levensbeschouwing

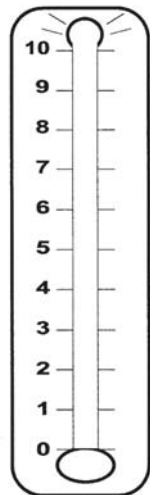
- vertrouwen in God/geloof?

Ja Nee

Lichamelijke problemen

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

10 = extreem veel last



0 = helemaal geen last

Andere problemen

Zou u met een deskundige willen praten over uw problemen? ja misschien nee