

4DKL VierDimensionale KlachtenLijst

Naam:

Geboortedatum:

Adres

Toelichting

De volgende vragenlijst betreft verschillende klachten en verschijnselen die u mogelijk hebt. Het gaat steeds om klachten en verschijnselen die u **de afgelopen week (de afgelopen 7 dagen met vandaag erbij)** hebt ervaren. Klachten die u daarvoor wel had, maar de afgelopen week niet meer, tellen niet mee.

Wilt u per klacht aangeven hoe vaak u dit in de afgelopen week bij uzelf hebt opgemerkt, door het cijfer te omcirkelen dat staat voor het meest passende antwoord.

Voorbeeld:

Antwoordmogelijkheden:

0 = nee

1 = soms

2 = regelmatig

3 = vaak

4 = heel vaak of voortdurend

Hebt u de afgelopen week last van –

- duizeligheid of een licht gevoel in het hoofd? - - - - -	0	1	2	3	4	1
- pijnlijke spieren? - - - - -	0	1	2	3	4	2
- flauw vallen? - - - - -	0	1	2	3	4	3
- pijn in de nek? - - - - -	0	1	2	3	4	4
- pijn in de rug? - - - - -	0	1	2	3	4	5
- overmatige transpiratie? - - - - -	0	1	2	3	4	6
- hartkloppingen? - - - - -	0	1	2	3	4	7
- hoofdpijn? - - - - -	0	1	2	3	4	8
- een opgeblazen gevoel in de buik? - - - - -	0	1	2	3	4	9
- wazig zien of vlekken voor de ogen zien? - - - - -	0	1	2	3	4	10

Huisartsen gnum

- benauwdheid? - - - - - 0 1 2 3 4 11

- misselijkheid of een maag die 'van streek' is? - - - - - 0 1 2 3 4 12

Hebt u de afgelopen week last van –

- pijn in de buik of maagstreek? - - - - - 0 1 2 3 4 13

- tintelingen in de vingers? - - - - - 0 1 2 3 4 14

- een drukkend of beklemmend gevoel op de borst? - - - - - 0 1 2 3 4 15

- pijn in de borst? - - - - - 0 1 2 3 4 16

- neerslachtigheid? - - - - - 0 1 2 3 4 17

- zomaar plotseling schrikken? - - - - - 0 1 2 3 4 18

- piekeren? - - - - - 0 1 2 3 4 19

- onrustig slapen? - - - - - 0 1 2 3 4 20

- onbestemde angst-gevoelens? - - - - - 0 1 2 3 4 21

- lusteloosheid? - - - - - 0 1 2 3 4 22

- beven in gezelschap van andere mensen? - - - - - 0 1 2 3 4 23

- angst- of paniek-aanvallen? - - - - - 0 1 2 3 4 24

Voelt u zich de afgelopen week --

- gespannen? - - - - - 0 1 2 3 4 25

- snel geïrriteerd? - - - - - 0 1 2 3 4 26

- angstig? - - - - - 0 1 2 3 4 27

Hebt u de afgelopen week het gevoel –

- dat alles zinloos is? - - - - - 0 1 2 3 4 28

- dat u tot niets meer kunt komen? - - - - - 0 1 2 3 4 29

Huisartsen gnum

- dat het leven niet meer de moeite waard is?-----	0	1	2	3	4	30
- dat u geen belangstelling meer kunt opbrengen voor de mensen en dingen om u heen?-----	0	1	2	3	4	31
- dat u 't niet meer aankunt?-----	0	1	2	3	4	32
- dat het beter zou zijn als u maar dood was?-----	0	1	2	3	4	33
- dat u nergens meer plezier in kunt hebben?-----	0	1	2	3	4	34
- dat er geen uitweg is uit uw situatie?-----	0	1	2	3	4	35
- dat u er niet meer tegenop kunt?-----	0	1	2	3	4	36
- dat u nergens meer zin in hebt?-----	0	1	2	3	4	37
Hebt u <u>de afgelopen week</u> –						
- moeite met helder denken?-----	0	1	2	3	4	38
- moeite om in slaap te komen?-----	0	1	2	3	4	39
- angst om alleen het huis uit te gaan?-----	0	1	2	3	4	40
Bent u <u>de afgelopen week</u> –						
- snel emotioneel?-----	0	1	2	3	4	41
- angstig voor iets waarvoor u helemaal niet bang zou hoeven te zijn? (bijv. dieren, hoogten, kleine ruimten)-----	0	1	2	3	4	42
- bang om te reizen in bussen, treinen of trams?-----	0	1	2	3	4	43
- bang om in verlegenheid te raken in gezelschap van andere mensen?-----	0	1	2	3	4	44
- Hebt u de afgelopen week weleens een gevoel of u door een onbekend gevaar bedreigd wordt?-----	0	1	2	3	4	45

Huisartsen gnum

- Denkt u de afgelopen week weleens” was ik maar dood”?- 0 1 2 3 4 46

- Schieten u de afgelopen week weleens beelden in gedachten over (een) aangrijpende gebeurtenis(sen), die u hebt meegemaakt?----- 0 1 2 3 4 47

- Moet u de afgelopen week weleens uw best doen om gedachten of herinneringen aan (een) aangrijpende gebeurtenis(sen) van u af te zetten?----- 0 1 2 3 4 48

- Moet u de afgelopen week bepaalde plaatsen vermijden omdat u er angstig van wordt?----- 0 1 2 3 4 49

- Moet u de afgelopen week sommige handelingen een aantal keren herhalen voordat u iets anders kunt gaan doen?----- 0 1 2 3 4 50

Hebt u de afgelopen week misschien nog klachten en/of verschijnselen bij uzelf opgemerkt die niet in de bovenstaande lijst voorkomen? Zo ja, wilt u die dan hieronder vermelden? 51

.....

Wanneer zijn uw huidige klachten begonnen? (a.u.b. één hokje aankruisen) 52

- minder dan een maand geleden
- 1-3 maanden geleden
- 3-6 maanden geleden
- 6-12 maanden geleden
- 1-2 jaar geleden
- 2-5 jaar geleden
- langer dan 5 jaar geleden

Bent u man of vrouw? man vrouw 53

Hoe oud bent u? jaar 54

Datum van invullen: .. - .. - 55

Wilt u nog even controleren of u geen vragen hebt overgeslagen?