

# Bodychart

Naam:.....

Geboorte datum:.....

Datum van afname:.....

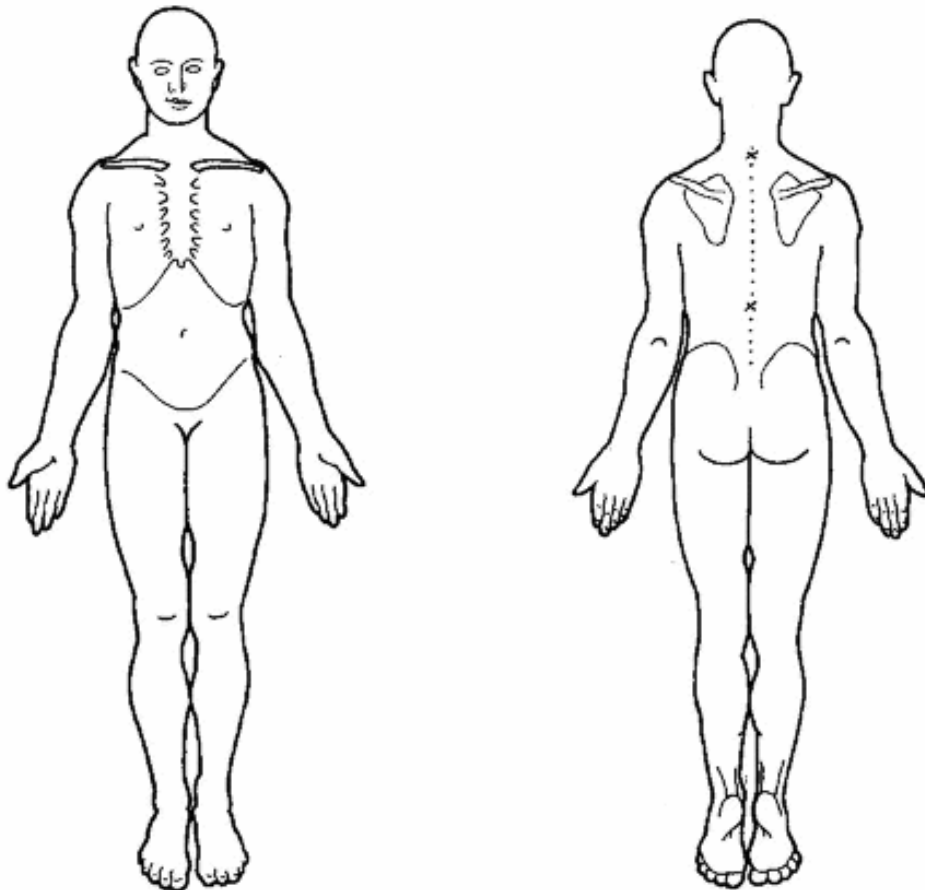
**Gelieve uw klachten aan te duiden als volgt op deze figuur:**

// : pijn

o : tintelingen, slapend gevoel

X : pijscheuten, forse pijn

= : gevoelloos, doofheid



---

**McKENZIE KLINIEK LIMBURG**

Dr. Haubenlaan 38/4 3630 Maasmechelen België

Tel: 089772727

e-mail: [secretariaat@opener.be](mailto:secretariaat@opener.be) [info@mckl.net](mailto:info@mckl.net)

[www.opener.be](http://www.opener.be) [www.mckl.net](http://www.mckl.net)

# Neck Disability Index

(Vernon 1991)

Naam en voornaam: .....geboortedatum :...../...../.....

Datum van afname: .. / .. / .....

Deze vragenlijst is gemaakt om ons meer informatie te geven over uw nekproblemen. We kunnen hiermee nagaan hoe uw nekpijn u belemmert tijdens uw dagelijkse werkzaamheden. Gaarne antwoord voor **ieder onderdeel** van deze vragenlijst.

Kruis voor ieder onderdeel het vakje aan dat van toepassing is voor uw geval. Soms is het moeilijk om tussen twee vakjes te kiezen, kruis dan het vakje aan dat uw **huidig** probleem het best beschrijft.

Wij danken u voor uw medewerking.

## 1. Pijn

- Ik heb nu geen pijn
- Ik heb nu weinig pijn
- Ik heb nu matige pijn
- Ik heb nu vrij hevige pijn
- Ik heb nu zeer hevige pijn
- Ik heb nu de slechts denkbare pijn

## 2. Persoonlijke verzorging (wassen, aan- en uitkleden)

- Ik kan goed voor mezelf zorgen zonder dat de pijn toeneemt
- Ik kan goed voor mezelf zorgen hoewel dat de pijn doet toenemen
- Voor mezelf zorgen is pijnlijk en gaat langzaam en voorzichtig
- Voor mezelf zorgen lukt goed maar vaak met enige hulp
- Elke dag voor mezelf zorgen lukt meestal alleen met hulp
- Ik kan mezelf niet aankleden; mezelf wassen gaat moeilijk en ik blijf in bed

## 3. Tillen

- Ik kan een zwaar gewicht tillen zonder dat de pijn toeneemt
- Ik kan een zwaar gewicht tillen, maar dat doet de pijn toenemen
- De pijn weerhoudt mij van het optillen van een zwaar gewicht van de grond, maar zou dat wel kunnen wanneer dat gewicht hoger (bijv. op een tafel) gelegen is
- Ik kan alleen zeer lichte gewichten tillen
- Ik kan helemaal niets tillen of dragen

**McKENZIE KLINIEK LIMBURG**

Dr. Haubenlaan 38/4 3630 Maasmechelen België

Tel: 089772727

e-mail: [secretariaat@opener.be](mailto:secretariaat@opener.be) [info@mckl.net](mailto:info@mckl.net)

[www.opener.be](http://www.opener.be) [www.mckl.net](http://www.mckl.net)

#### **4. Lezen**

Ik kan zo veel lezen als ik wil zonder pijn in mijn nek  
Ik kan zo veel lezen als ik wil met weinig pijn in mijn nek  
Ik kan zo veel lezen als ik wil met matige pijn in mijn nek  
Ik kan niet zo veel lezen als ik zou willen vanwege de matige pijn in mijn nek  
Ik kan bijna niet meer lezen vanwege de hevige pijn in mijn nek  
Ik kan helemaal niet meer lezen

#### **5. Hoofdpijn**

Ik heb helemaal geen hoofdpijn  
Ik heb af en toe lichte hoofdpijn  
Ik heb af en toe matige hoofdpijn  
Ik heb vaak matige hoofdpijn  
Ik heb vaak hevige hoofdpijn  
Ik heb bijna altijd hoofdpijn

#### **6. Concentratie**

Ik kan mij goed concentreren zonder moeite wanneer ik dat wil  
Ik kan mij goed concentreren met enige moeite wanneer ik dat wil  
Het kost mij duidelijk moeite om te concentreren wanneer ik dat wil  
Het kost mij veel moeite om te concentreren wanneer ik dat wil  
Het kost mij zeer veel moeite om te concentreren wanneer ik dat wil  
Ik kan mij helemaal niet concentreren

#### **7. Werk**

Ik kan zo veel werk doen als ik wil  
Ik kan alleen mijn gewone werk doen, maar niet meer  
Ik kan het grootste deel van mijn gewone werk doen, maar niet meer  
Ik kan mijn gewone werk niet doen  
Ik kan bijna geen enkel werk meer doen  
Ik kan helemaal niet meer werken

#### **8. Autorijden**

Ik kan autorijden zonder enige nekpijn  
Ik kan autorijden zo lang als ik wil met weinig pijn in mijn nek  
Ik kan autorijden zo lang als ik wil met matige pijn in mijn nek  
Ik kan niet autorijden zo lang als ik wil vanwege de matige pijn in mijn nek  
Ik kan bijna niet meer autorijden vanwege de hevige pijn in mijn nek  
Ik kan helemaal niet meer autorijden

### **McKENZIE KLINIEK LIMBURG**

Dr. Haubenlaan 38/4 3630 Maasmechelen België

Tel: 089772727

e-mail: [secretariaat@opener.be](mailto:secretariaat@opener.be) [info@mckl.net](mailto:info@mckl.net)

[www.opener.be](http://www.opener.be) [www.mckl.net](http://www.mckl.net)

## 9. Slapen

Ik heb geen moeite met slapen

Mijn slaap is heel licht gestoord (minder dan 1 uur wakker)

Mijn slaap is licht gestoord (1 tot 2 uur wakker)

Mijn slaap is matig gestoord (2 tot 3 uur wakker)

Mijn slaap is fors gestoord (3 tot 5 uur wakker)

Mijn slaap is volledig gestoord (5 tot 7 uur wakker)

## 10. Vrije tijd

Ik kan aan alle activiteiten meedoen zonder enige pijn in mijn nek

Ik kan aan alle activiteiten meedoen met enige pijn in mijn nek

Vanwege de pijn in mijn nek kan ik aan de meeste, maar niet alle, gebruikelijke activiteiten meedoen

Vanwege de pijn in mijn nek kan ik aan maar weinig gebruikelijke activiteiten meedoen

Vanwege de pijn in mijn nek kan ik nagenoeg aan geen activiteiten meedoen

Ik kan aan geen enkele activiteit meer meedoen

**SCORE : ...../50**

**PERCENTAGE:...../100**

**McKENZIE KLINIEK LIMBURG**

Dr. Haubenlaan 38/4 3630 Maasmechelen België

Tel: 089772727

e-mail: [secretariaat@opener.be](mailto:secretariaat@opener.be) [info@mckl.net](mailto:info@mckl.net)

[www.opener.be](http://www.opener.be) [www.mckl.net](http://www.mckl.net)