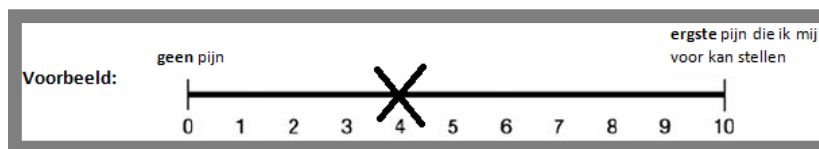


Nekproblemen kunnen leiden tot nekpijn en/of pijn in de arm/schouder regio. Daarnaast kunnen er ook gevoelsstoornissen zoals tintelingen, een prikkend of een doof gevoel in deze gebieden ontstaan

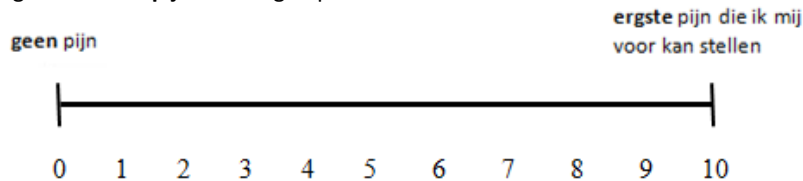
- 1 Van welk van de volgende problemen heeft u **het meeste** last? Kruis **één optie** aan.
- ₁ nekpijn
 - ₂ arm/schouderpijn
 - ₃ gevoelsstoornissen in de nek/arm/schouder zoals een tintelend of doof gevoel, of een prikkend gevoel.
 - ₄ geen van bovenstaande opties

2 Voor de volgende 2 vragen (vraag 2a en vraag 2b) zouden we u willen vragen de ernst van uw pijn aan te geven door een kruisje te zetten op de schaal van 0-10 (waarbij "0"= geen pijn, "10"=de ergste pijn die u zich kunt voorstellen).

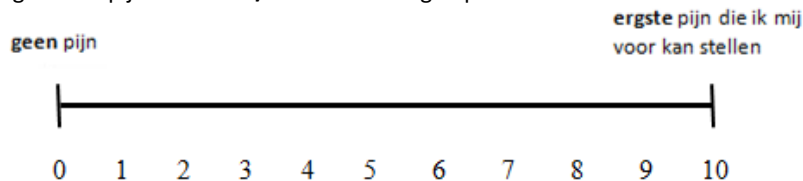
Er zijn aparte vragen voor nekpijn en voor pijn in de arm/schouder.



2a Hoe erg was uw **nekpijn** in de afgelopen week?



2b Hoe erg was de pijn in uw **arm/schouder** de afgelopen week?



- 3 Gedurende de **afgelopen week**, in welke mate stond uw nekprobleem uw **normale activiteiten** (zowel werk buitenshuis als in het huishouden) in de weg ?
- ₁ helemaal niet
 - ₂ een klein beetje
 - ₃ matig
 - ₄ best wel
 - ₅ uiterst

- 4 Als u **de rest van uw leven** zou moeten leven **met de klachten die u nu heeft**, hoe zou u zich daar dan bij voelen?
- ₁ erg tevreden
₂ enigszins tevreden
₃ noch tevreden noch ontevreden
₄ enigszins ontevreden
₅ erg ontevreden
- 5 Terugkijkend op de **afgelopen week**, hoe zou u uw kwaliteit van leven beoordelen?
- ₁ erg goed
₂ goed
₃ gematigd
₄ slecht
₅ erg slecht
- 6 **Gedurende de afgelopen 4 weken**, hoeveel dagen heeft u moeten minderen met **de activiteiten die u doorgaans onderneemt** (uw werk, het huishouden, school, ontspannende activiteiten) vanwege uw nekprobleem?
- ₁ geen
₂ tussen de 1 en 7 dagen
₃ tussen de 8 en 14 dagen
₄ tussen de 15 en 21 dagen
₅ meer dan 21 dagen
- 7 **Gedurende de afgelopen 4 weken**, hoeveel dagen heeft uw nekprobleem u **ervan weerhouden om te gaan werken** (uw werk, school, het huishouden)?
- ₁ geen
₂ tussen de 1 en 7 dagen
₃ tussen de 8 en 14 dagen
₄ tussen de 15 en 21 dagen
₅ meer dan 21 dagen