

**Vragenlijst
Fractuur- osteoporose zorg**

Patiëntenpas

Deze vragenlijst is bedoeld om een algemene indruk te krijgen hoe het met u gaat na het hebben van een botbreuk of wervel inzakking. Tevens brengt het risicofactoren in beeld die osteoporose kunnen geven.

De verpleegkundige krijgt door de ingevulde vragenlijst zicht of er risicofactoren, problemen, klachten of zorgen zijn. Zij kan met u bespreken welke mogelijkheden er zijn om eventuele problemen, klachten of zorgen die u hebt, zoveel mogelijk te verhelpen of verminderen.

Wilt u deze vragenlijst voorafgaand aan het gesprek met de verpleegkundige thuis invullen en terug sturen? Tijdens het geplande gesprek bespreekt zij de vragenlijst met u.

Start vragenlijst

1) Hoe ervaart u uw gezondheid op dit moment? (Cijfer 0= slecht gezondheid, cijfer 10 is uitstekende gezondheid)

Omcirkel het cijfer. Welk cijfer geeft u zichzelf nu?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2) Hoe was uw gezondheid voor de botbreuk? Welk cijfer gaf u zichzelf toen?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3) Ervaart u beperkingen in uw functioneren na de botbreuk? ja nee

Ja, ik ervaar beperkingen in de volgende activiteiten:

.....
.....
.....

4) Voelt u zich angstig en/of onzeker sinds de botbreuk? ja nee

5) Hebt u sinds de botbreuk minder zin/minder belangstelling in activiteiten? ja nee

Ja, ik heb minder zin/belangstelling voor:

.....
.....
.....

6) Voelt u zich aanhoudend uitgeput/vermoeid? ja nee

Ja, ik ben moe/uitgeput sinds de botbreuk

Ja, ik ervaar uitgeputheid/moeheid al langer door een andere reden, namelijk:

.....
.....
.....

7) Krijgt u voldoende slaap 's nachts? ja nee

Zo nee, wat is daarvan de oorzaak?

.....
.....

8) Hebt u dagelijks pijn?

nee

ja, de pijn is ten gevolge van de botbreuk

ja, de pijn komt door een andere reden:.....

9) Hebt u last van duizeligheid? ja nee

10) Bent u afgelopen jaar twee keer of vaker gevallen? ja nee

11) Kunt u 5 seconde of langer op een been staan, zonder u vast te grijpen? ja nee

12) Maakt u bij bewegen momenteel gebruik van een hulpmiddel? ja nee

Ja, ik gebruik sinds de botbreuk:

.....
.....

Ja, ik gebruikte voor de botbreuk al:

.....
.....

13) Wilt u uw huidige conditie verbeteren? ja nee

Ja, mijn conditie wil ik verbeteren door de volgende activiteiten te gaan doen:

14) Bent u onder momenteel behandeling van een fysiotherapeut? ja nee

15) Hebt u zelf de indruk dat u gezond leeft? ja nee

16) Komt u elke dag minimaal 30 minuten in direct zonlicht? ja nee

17) Maakt u elke dag een wandeling van minstens 15 minuten aaneengesloten? ja nee

18) Beoefent u een sport? ja nee

Zo ja welke? -----

19) Drinkt u koffie?

- Nee
- Ja, per dag tot en met 4 koppen koffie per dag
- Ja, per dag 5 of meer koppen koffie

20) Rookt u?

- Nee, nooit gerookt
- Nee, maar vroeger wel
- Ja, ik rook dagelijks sigaretten

21) Drinkt u alcohol?

- Nee
- Ja, ik drink eenheden per dag

22) Bent u vegetariër? ja nee

23) Gebruikt u drie maaltijden per dag (ontbijt-lunch-avondeten)? ja nee

Zo nee, welke slaat u over? -----

wat is de reden? -----

24) Gebruikt u de onderstaande zuivel producten?

zuivelproduct:	Elke dag	Paar keer per week	nooit
melk glazen x per week glazen	
karnemelk glazen x per week glazen	
Chocomel/fristi glazen x per week glazen	
CalciumPlus melk glazen x per week glazen	
yoghurt porties x per week porties	
kwark porties x per week porties	
vla porties x per week porties	
pap porties x per week porties	
Kaas 150 mg = 1 belegde boterham porties x per week porties	

25) Zijn er voedselproducten die u niet kunt eten/drinken omdat u ze niet kunt verdragen? ja nee

Zo ja, welke producten? -----

26) Hebt u de laatste tijd **ONBEDOELD meer dan vijf kg** gewicht verloren

NEE

JA, aantal kg gewicht afname

Wat is de oorzaak?

27) Wat is uw lengte? cm

28) Wat is uw gewicht? kg

29) Gebruikt u voedingssupplementen of vitamine preparaten?

ja

nee

Zo ja, welke?

30)

Uw voorgeschiedenis:	JA	NEE
chronische gewricht reuma		
diabetes mellitus (suiker ziekte) type 1 of 2		
COPD (longaandoeningen)		
maagoperatie		
nierstenen		
te snel werkende schildklier		
Epilepsie		
chronische (dagelijks) diarree		
Eerdere botbreuken na uw 50e jaar (de huidige botbreuk niet meerekenen)		
langer dan 1 maand in een rolstoel gezeten of bedlegerig geweest		
voor vrouwen: voor uw 45e jaar in de menopauze (laatste menstruatie)		
voor vrouwen: operatief de eierstokken verwijderd voor 50e jaar		
voor mannen: prostaat behandeling/operatie		

31)

Uw familieanamnese:	JA	NEE
osteoporose in de familielijn (ouders-broers-zussen-tante oom-kinderen)		
Een vader of moeder met een gebroken heup		

32)

Medicatie gebruik:	Gebruik ik nu	Heb ik in het verleden gebruikt
maagbeschermer		
Seritide (pufje)		
Prednison		
Furosemide (plastablet)		
anti-epileptica		
anti-depressiva		
Prik- pil (anti- conceptie)		
Anti-hormonale therapie (aromatase remmers bij borstkanker)		
Chemotherapie		

