



PSK scoreformulier hartpatiënten

Naam:

Datum:

Benoem de **3 belangrijkste activiteiten** (moeilijk uitvoerbaar en vaak voorkomend) en rangschik ze naar mate van belangrijkheid:

N.B. Op de achterzijde van dit formulier vindt u een overzicht van activiteiten

1.

2.

3.

Invulvoorbeeld activiteit: wandelen

Scoort u **0**, dan kost het wandelen u geen enkele moeite

geen enkele moeite (0) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 *onmogelijk*

Scoort u **10**, dan is wandelen onmogelijk voor u

geen enkele moeite 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 (10) *onmogelijk*

Score van de eerste 3 activiteiten

Activiteit 1:

Hoe moeilijk was het voor u in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

geen enkele moeite 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 *onmogelijk*

Activiteit 2:

Hoe moeilijk was het voor u in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

geen enkele moeite 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 *onmogelijk*

Activiteit 3:

Hoe moeilijk was het voor u in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

geen enkele moeite 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 *onmogelijk*



PSK Activiteitenlijst

Loopfuncties

- Traplopen
- Lopen, wandelen
- Buitenshuis lopen op effen terrein
- Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- Berg op lopen
- Berg af lopen
- Berg af lopen

Huishouden

- Ramen wassen
- Poetsen
- Bed opmaken
- Vegen
- Stofzuigen
- Tegels afwassen

Evenwicht

- Huppen
- Hurken

Activiteiten dagelijks leven

- Boodschappen doen
- Liggen
- Bukken
- Tillen

Sport/hobby's

- Fietsen
- Conditietraining
- Fitness
- Balsporten
- Tuinieren

Andere activiteiten

-
-
-