

Invuldatum:

( dag - maand - jaar )

**Vul eerst de thermometer in:**

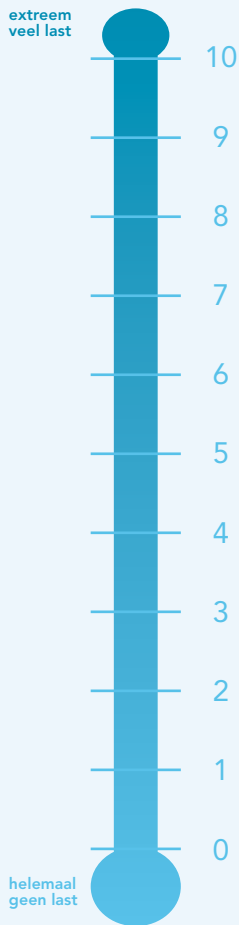
Omcirkel het nummer op de thermometer dat het best samenvat hoeveel last u de afgelopen week (inclusief vandaag) hebt gehad op lichamelijk, emotioneel, sociaal en praktisch gebied.

#### Disclaimer

De Lastmeter is met de grootste mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. IKNL is niet aansprakelijk voor de juistheid, volledigheid of effectiviteit van het product. Het gebruik van de Lastmeter geschiedt voor volledig risico van de gebruiker.

**Uitgave:** IKNL © 2008 /  
richtlijn Detecteren behoefte  
psychosociale zorg

## Thermometer



## Probleemlijst

Wilt u voor onderstaande gebieden aangeven of u de afgelopen week (inclusief vandaag) hier moeite mee hebt gehad of problemen bij hebt ervaren. Wilt u elke vraag beantwoorden?

Als u Ja hebt geantwoord, wilt u dan met een cijfer van 1-10 aangeven hoeveel moeite of problemen u hebt ervaren? (1 = nauwelijks moeite of problemen en 10 = extreem veel moeite of problemen).

indien ja,  
ja hoeveel nee

### Praktische problemen

zorg voor kinderen  
wonen / huisvesting  
huishouden  
vervoer  
werk / school / studie  
financiën  
verzekering

ja nee

### Gezins- / sociale problemen

omgang met partner  
omgang met kinderen  
omgang met familie / vrienden

ja nee

### Emotionele problemen

greep hebben op emoties  
herinneren van dingen  
zelfvertrouwen  
angsten  
neerslachtigheid / somberheid  
spanning  
eenzaamheid  
concentratie  
schuldgevoel  
controleverlies

ja nee

### Religieuze/spirituele problemen

zin van het leven / levensbeschouwing  
vertrouwen in God / geloof

indien ja,  
ja hoeveel nee

### Lichamelijke problemen

uiterlijk  
veranderde urine – uitscheiding  
verstopping / obstipatie  
diarree  
eten  
opgezwollen gevoel  
koorts  
mondslimvlies  
misselijkheid  
droge, verstopte neus  
pijn  
seksualiteit  
droge, jeukerige huid  
slaap  
benauwdheid  
duizeligheid  
praten  
smaakvermogen  
veranderingen in gewicht  
tintelingen in handen / voeten  
wassen / aankleden  
dagelijkse bezigheden  
moehaid  
conditie  
spierkracht

### Andere problemen

**Zou u met een deskundige willen praten over uw problemen?**

ja misschien nee

### Zo ja, met wie?

|                        |                      |
|------------------------|----------------------|
| verpleegkundige        | geestelijk verzorger |
| diëtist                | psycholoog           |
| fysiotherapeut         | lotgenoten           |
| maatschappelijk werker | iemand anders        |