

Vragenlijst 4DKL

De vragenlijst betreft verschillende klachten en verschijnselen die u mogelijk heeft. Het gaat steeds om klachten en verschijnselen die u de afgelopen week (de afgelopen 7 dagen met vandaag erbij) heeft ervaren.

Klachten die u daarvoor wel had, maar de afgelopen week niet meer, tellen niet mee. Het is de bedoeling dat u voor elk van de hierna volgende klachten en verschijnselen aangeeft hoe vaak u deze klacht heeft.

Antwoordmogelijkheden:

- 0 = nee
- 1 = soms
- 2 = regelmatig
- 3 = vaak
- 4 = heel vaak of voortdurend



Vult u vervolgens de voor u van toepassing zijnde waarde in de kolom achter de vragen en cijfers in.

NR. HEBT U DE AFGELOPEN WEEK LAST VAN						VUL IN DEZE KOLOM UW WAARDE IN	
1	duizeligheid of een licht gevoel in het hoofd?	0	1	2	3	4
2	pijnlijke spieren?	0	1	2	3	4
3	flauw vallen?	0	1	2	3	4
4	pijn in de rug?	0	1	2	3	4
5	pijn in de nek?	0	1	2	3	4
6	overmatige transpiratie?	0	1	2	3	4
7	hartkloppingen?	0	1	2	3	4
8	hoofdpijn?	0	1	2	3	4
9	een opgeblazen gevoel in de buik?	0	1	2	3	4
10	wazig zien of vlekken voor de ogen zien?	0	1	2	3	4
11	benauwdheid?	0	1	2	3	4
12	misselijkheid of een maag die 'van streek is'?	0	1	2	3	4
13	pijn in de buik of maagstreek?	0	1	2	3	4
14	tintelingen in de vingers?	0	1	2	3	4
15	een drukkend of beklemmend gevoel op de borst?	0	1	2	3	4
16	pijn op de borst?	0	1	2	3	4
17	neerslachtigheid?	0	1	2	3	4
18	zomaar plotseling schrikken?	0	1	2	3	4
19	piekeren?	0	1	2	3	4
20	onrustig slapen?	0	1	2	3	4
21	onbestemde angstgevoelens?	0	1	2	3	4
22	lusteloosheid?	0	1	2	3	4
23	beven in gezelschap van andere mensen?	0	1	2	3	4
24	angst of paniekaanvallen?	0	1	2	3	4

NR. VOELT U ZICH DE AFGELOPEN WEEK**VUL IN DEZE KOLOM UW WAARDE IN**

25	gespannen?	0	1	2	3	4
26	snel geïrriteerd?	0	1	2	3	4
27	angstig?	0	1	2	3	4

NR. HEBT U DE AFGELOPEN WEEK HET GEVOEL

28	dat alles zinloos is?	0	1	2	3	4
29	dat u tot niets meer kunt komen?	0	1	2	3	4
30	dat het leven de moeite niet waard is?	0	1	2	3	4
31	dat u geen belangstelling meer kunt opbrengen voor de mensen en de dingen om u heen?	0	1	2	3	4
32	dat u 't niet meer aan kunt?	0	1	2	3	4
33	dat het beter zou zijn als u maar dood was?	0	1	2	3	4
34	dat u nergens meer plezier in kunt hebben?	0	1	2	3	4
35	dat er geen uitweg is uit uw situatie?	0	1	2	3	4
36	dat u er niet meer tegenop kunt?	0	1	2	3	4
37	dat u nergens meer zin in hebt?	0	1	2	3	4

NR. HEBT U DE AFGELOPEN WEEK

38	moeite met helder denken?	0	1	2	3	4
39	moeite om in slaap te komen?	0	1	2	3	4
40	angst om alleen het huis uit te gaan?	0	1	2	3	4

NR. BENT U DE AFGELOPEN WEEK

41	snel emotioneel?	0	1	2	3	4
42	angstig voor iets waarvoor u helemaal niet bang zou hoeven zijn (bijv. dieren, hoogten, kleine ruimten)?	0	1	2	3	4
43	bang om te reizen in bussen, treinen en trams?	0	1	2	3	4
44	bang om in verlegenheid te raken in het gezelschap van andere mensen?	0	1	2	3	4

NR. HEBT U DE AFGELOPEN WEEK HET GEVOEL OF U

45	door u onbekend gevaar bedreigd wordt?	0	1	2	3	4
46	dacht 'was ik maar dood'?	0	1	2	3	4
47	Schieten u de afgelopen week wel eens beelden in gedachten over (een) aangrijpende gebeurtenis(sen) die u heeft meegemaakt?	0	1	2	3	4
48	Moet u de afgelopen week wel eens uw best doen om gedachten of herinneringen aan (een) aangrijpende gebeurtenis(sen) van u af te zetten?	0	1	2	3	4
49	Moet u de afgelopen week bepaalde plaatsen vermijden omdat u er angstig van wordt?	0	1	2	3	4
50	Moet u de afgelopen week sommige handelingen een aantal keer herhalen voordat u iets anders gaat doen?	0	1	2	3	4