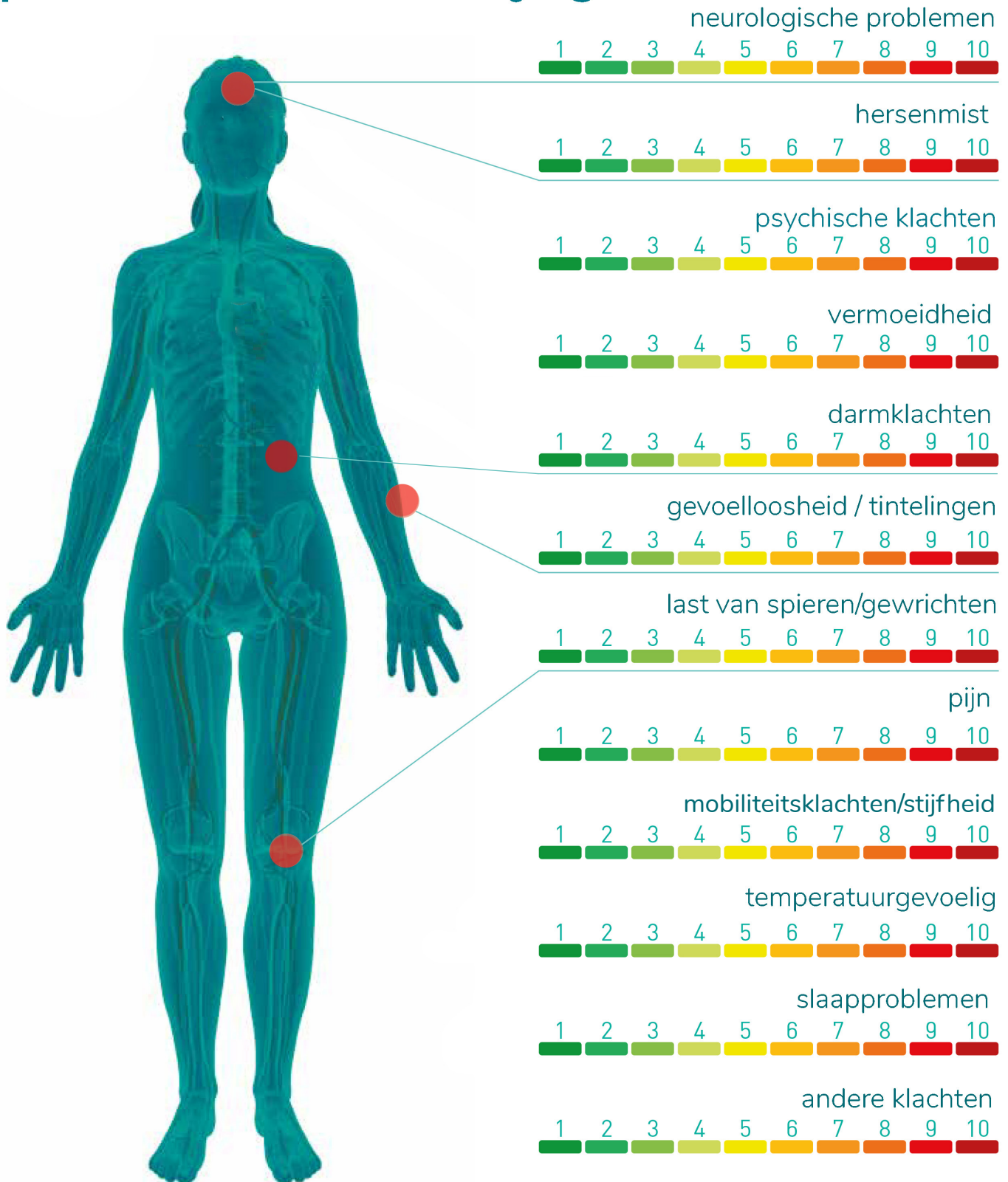


Spreekkamerkaart fibromyalgie



Bron: Huber M, van den Brekel-Dijkstra K, Jung HP. Positieve Gezondheid in de spreekkamer. Handboek Positieve Gezondheid in de huisartspraktijk: Samenwerken aan betekenisvolle zorg. Houten: Bohn Stafleu van Loghum; 2021. p. 73-116.Huber2021

Geef op een schaal van 1 tot 10 aan hoeveel last je ervan hebt.
1 is geen last en 10 is veel last.

KWALITEIT VAN LEVEN

- Gelukkig zijn
- Goed voelen
- Kunnen genieten

LICHAMELIJKE GEZONDHEID

- Bewegen en bewegen kunnen volhouden
- Klachten en pijn
- Fit en gezond voelen
- Sexualiteit
- Slapen
- Eten

DAGELIJKS LEVEN

- Voor jezelf kunnen zorgen
- Hulp kunnen vragen
- Kunnen studeren/werken
- Weten wat je wel en niet kunt
- Weten hoe je gezond kunt leven

ZINVOL LEVEN

- Ziekte accepteren
- Zinvol leven
- Vertrouwen hebben in de toekomst

PSYCHISCHE GEZONDHEID

- Aandacht ergens bijhouden
- Dingen kunnen onthouden
- Met mensen praten en ze begrijpen
- Zelfstandig zijn
- Tevreden zijn over jezelf
- Kunnen omgaan met verandering
- Vrolijk zijn

Vul eerst de vragenlijst in over hoe het met je gaat.
De vragenlijst kun je via deze QR-code downloaden.

