

# Patiënt Specifieke Klachten, PSK

Beurskens 1996

## Toelichting voor de fysiotherapeut

De PSK kan worden toegepast om de functionele status (activiteitsniveau) van de individuele patiënt te bepalen. Er is een lijst van voorbeeldactiviteiten bijgevoegd, maar de patiënt mag ook andere activiteiten kiezen. De patiënt selecteert de 3 belangrijkste klachten op het gebied van fysieke activiteiten, deze moeten voor hem/haar persoonlijk relevant zijn. Dit betekent dat de patiënt deze activiteiten regelmatig uitvoert en hij/zij er hinder van ondervindt. De mate van hinder wordt gescoord op een 11 puntsschaal.

### Doel

De PSK kan voor verschillende doeleinden gebruikt worden:

1. Inventariserend/diagnostisch: de keuze van de activiteiten kan u als fysiotherapeut tijdens de anamnese helpen bij het vaststellen van de specifieke hulpvraag van de patiënt. Tevens kan de activiteitenkeuze u helpen bij het opstellen van een behandelplan voor de individuele patiënt.
2. Evaluatief: het verschil in score tussen het begin en einde van de behandeling kan aan de patiënt en u inzicht geven in de behaalde vooruitgang.

### Doelgroep

De PSK is bij verschillende (chronische) patiëntcategorieën te gebruiken. Het principe is telkens hetzelfde maar het soort activiteiten varieert per categorie: chronische lage rugpijn, hartpatiënten, M. Parkinson, Claudicatio Intermittens en chronisch enkelletsel. Maar u kunt de PSK ook voor andere aandoeningen gebruiken.

### Uitvoering

Laat de patiënt zo specifiek mogelijk de activiteit beschrijven en zoveel mogelijk kwantificeren in tijd, gewicht etc. Bijvoorbeeld bij het poetsen: "moeite met lang (> 10 minuten) gebukt staan". Elke patiënt mag ook andere, eigen specifieke activiteiten extra invullen. Wanneer de patiënt moeite heeft met het 'bedenken' van activiteiten, kan hij tot aan de volgende afspraak 'bedenktijd' krijgen waarin hij goed na kan gaan wat zijn specifieke probleemactiviteiten zijn. Bij de tweede afspraak volgt dan de definitieve selectie.

NB. Patiënten mogen geen activiteiten selecteren die ze vermijden omdat van deze het effect niet kan worden geëvalueerd.

### PSK activiteitenlijst

- 1) Chronische lage rugpijn
- 2) Hartpatiënten
- 3) M. Parkinson
- 4) Claudicatio Intermittens
- 5) Chronisch enkelletsel

# Patiënt Specifieke Klachten, PSK

## Beurskens 1996

### Toelichting voor de patiënt

Uw klachten hebben invloed op de activiteiten en bewegingen die u dagelijks doet en moeilijk te vermijden zijn. De gevolgen van deze klachten zijn voor iedereen verschillend. Elk persoon zal bepaalde activiteiten en bewegingen graag zien verbeteren door de behandeling. Hieronder staan een aantal activiteiten en bewegingen als voorbeeld. Probeer de activiteiten te herkennen waar u de afgelopen week door uw klachten moeilijkheden mee had. Kleur of kruis het bolletje aan voor deze activiteit. We vragen u problemen aan te kruisen die u **heel belangrijk vindt** en die u het liefst zou **zien veranderen** in de **komende weken**.

U mag ook andere, voor u belangrijke activiteiten opschrijven.

#### Vb. PSK Activiteitenlijst Chronische lage rugpijn

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> in bed liggen                | <input type="checkbox"/> tillen  |
| <input type="checkbox"/> omdraaien in bed             | <input type="checkbox"/> op bezoek gaan bij familie, vrienden of kennissen |
| <input type="checkbox"/> opstaan uit bed              | <input type="checkbox"/> uitgaan   |
| <input type="checkbox"/> opstaan uit een stoel        | <input type="checkbox"/> sexuele activiteiten                              |
| <input type="checkbox"/> gaan zitten op een stoel     | <input type="checkbox"/> uitvoeren van werk                                |
| <input type="checkbox"/> lang achtereen zitten        | <input type="checkbox"/> uitvoeren van hobby's                             |
| <input type="checkbox"/> in/uit de auto stappen       | <input type="checkbox"/> uitvoeren van huishoudelijk werk                  |
| <input type="checkbox"/> rijden in een auto of bus    | <input type="checkbox"/> sporten   |
| <input type="checkbox"/> fietsen                      | <input type="checkbox"/> op reis gaan                                      |
| <input type="checkbox"/> staan                        | <input type="checkbox"/> andere activiteiten.....                          |
| <input type="checkbox"/> lang achtereen staan         |  |
| <input type="checkbox"/> licht werk in en om het huis |  |
| <input type="checkbox"/> zwaar werk in en om het huis |  |
| <input type="checkbox"/> in huis lopen                |  |
| <input type="checkbox"/> wandelen                     |  |
| <input type="checkbox"/> hardlopen                    |  |
| <input type="checkbox"/> het dragen van een voorwerp  |  |

5 Belangrijkste activiteiten zijn:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Naam:

# PSK scoreformulier

Datum:

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

1. ....

2. ....

3. ....

Extra: .....

## 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 het 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

## Chronische Lage Rugpijn

### Loopfuncties

- Lopen, wandelen
- Staan
- Traplopen
- Buitenshuis lopen op effen terrein
- Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- Hardlopen

### Sport / hobby's

- Fietsen
- Fitness
- Tuinieren

### Huishouden

- Strijken
- Ramen wassen
- Bed opmaken
- Stofzuigen
- Het dragen van voorwerpen  
b.v. boodschappen/wasmand

### Activiteiten Dagelijks Leven

- Aan- en uitkleden
- In bed liggen
- Seksuele activiteiten
- Omdraaien in bed
- Opstaan uit bed
- Opstaan uit een stoel
- Gaan zitten in een stoel
- Lang achtereen zitten
- In/uit auto stappen
- Rijden in een auto/bus
- Tillen
- Voorover buigen

### Andere activiteiten

- 
- 
-

# PSK Activiteitenlijst

## Hartpatiënten

### Loopfuncties

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

### Evenwicht

- Huppen
- Hurken

### Sport/hobby's

- Fietsen
- Conditietraining
- Fitness
- Balsporten
- Tuinieren

### Huishouden

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

### Activiteiten Dagelijks Leven

- Boodschappen doen
- Liggen
- Bukken
- Tillen

### Andere activiteiten

- 
- 
-

# PSK activiteitenlijst

## M. Parkinson

### Loopfuncties

- Traplopen
- Lopen, wandelen
- Opstaan
- Buitenshuis lopen op effen terrein
- Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- Afwikkelen van de voet
- Bergop lopen
- Bergaf lopen
- Hardlopen

### Evenwicht

- Stil staan
- Hurken
- Voorover buigen

### Sport / hobby's

- Fietsen
- Conditietraining
- Fitness
- Balsporten
- Tuinieren
- Handwerken
- Lezen
- Knutselen

### Huishouden

- Strijken
- Koken
- Poetsen
- Ramen wassen
- Bed opmaken
- Afwassen
- Wassen
- Vegen
- Stofzuigen
- Boodschappen doen

### Activiteiten Dagelijks Leven

- Aan- en uitkleden
- Draaien in bed
- Liggen
- Zitten
- Eten / drinken
- Tandpoetsen
- Haren kammen
- Praten
- Slikken

### Andere activiteiten

- 
- 
-

# PSK activiteitenlijst

## Claudicatio Intermittens

### Loopfuncties

- Traplopen
- Opstaan
- Lopen, wandelen
- Buitenshuis lopen
- Bergop lopen
- Bergaf lopen
- Afwikkelen van de voet
- Hardlopen, rennen

### Sport/hobby's

- Fietsen
- Conditietraining
- Fitness
- Tuinieren
- Tennissen
- Voetballen

### Huishouden

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

### Activiteiten Dagelijks Leven

- Boodschappen doen
- Winkelen

### Andere activiteiten

- 
- 
-

# PSK activiteitenlijst

## (Chronisch) Enkelletsel

### Loopfuncties

- o Traplopen
- o Opstaan
- o Lopen, wandelen
- o Buitenshuis lopen op effen terrein
- o Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- o Bergop lopen
- o Bergaf lopen
- o Afwikkelen van de voet
- o Hardlopen, rennen

### Evenwicht

- o Huppen
- o Hurken
- o Tenenstand
- o Belasting op aangedane zijde

### Sport/hobby's

- o Fietsen
- o Conditietraining
- o Fitness
- o Tuinieren
- o Balsporten

### Huishouden

- o Poetsen
- o Vegen
- o Stofzuigen

### Activiteiten Dagelijks Leven

- o Boodschappen doen

### Andere activiteiten

- o
- o
- o