



<b>DASH</b> <b>Disabilities of the Arm, Shoulder and Hand</b>
--

Naam :  
Geb. datum :  
Datum :

Beoordeel wat uw mogelijkheden zijn geweest om de volgende activiteiten te verrichten in de afgelopen week door het meest passende cijfer hieronder te omcirkelen.

	Geen probleem	Gering probleem	Probleem	Ernstig probleem	Niet mogelijk
1 Openen van vastgedraaide pot	1	2	3	4	5
2 Schrijven	1	2	3	4	5
3 Sleutel omdraaien	1	2	3	4	5
4 Maaltijd klaarmaken	1	2	3	4	5
5 Een zware deur openen	1	2	3	4	5
6 Een voorwerp op een plank boven uw hoofd plaatsen.	1	2	3	4	5
7 Zwaar huishoudelijk werk verrichten (bv stofzuigen en/of vloeren soppen).	1	2	3	4	5
8 Tuinieren.	1	2	3	4	5
9 Bed opmaken.	1	2	3	4	5
10 Boodschappentas of aktetas dragen.	1	2	3	4	5
11 Een zwaar voorwerp dragen (meer dan 5 kg).	1	2	3	4	5
12 Een gloeilamp boven uw hoofd verwisselen	1	2	3	4	5
13 Haren wassen of föhnen	1	2	3	4	5
14 Rug wassen	1	2	3	4	5
15 Een trui aantrekken	1	2	3	4	5
16 Een mes gebruiken om eten te snijden	1	2	3	4	5
17 Weinig belastende vrijtijdsbesteding (bv. kaarten, breien, etc).	1	2	3	4	5
18 Vrijtijdsbesteding waarbij enige kracht of belasting uitgeoefend wordt op de arm, schouder of hand (golven, doe het zelf, tennissen, etc).	1	2	3	4	5
19 Vrijtijdsbesteding waarbij de arm vrij beweegt (bv. badminton of gooien met een frisbee).	1	2	3	4	5
20 U zelfstandig verplaatsen van het ene punt naar het andere.	1	2	3	4	5
21 Seksuele activiteiten.	1	2	3	4	5

	Geen probleem	Gering probleem	Probleem	Ernstig probleem	Niet mogelijk
22 In hoeverre heeft uw arm, schouder of hand, problemen gegeven met de normale sociale activiteiten met familie, vrienden, buren of groepen in de afgelopen week? (omcirkel het cijfer)	1	2	3	4	5
	Absoluut Niet Beperkt	Enigszins beperkt	Matig beperkt	Veel beperkt	Onmogelijk
23 In hoeverre bent u beperkt geweest in uw werk of andere dagelijkse activiteiten ten gevolge van uw arm, schouder of hand probleem, gedurende de afgelopen week? (omcirkel het cijfer)	1	2	3	4	5
Geef de ernst van de onderstaande klachten aan gedurende de afgelopen week. (omcirkel het cijfer)					
	Geen	Mild	Matig	Ernstig	Extreem
24 Pijn in uw arm, schouder of hand	1	2	3	4	5
25 Pijn in uw arm, schouder of hand tijdens het verrichten van bepaalde activiteiten					
26 Tintelingen (spelden prikken) in arm, schouder of hand	1	2	3	4	5
27 Zwakte van uw arm, schouder of hand	1	2	3	4	5
28 Stijfheid in uw arm, schouder of hand	1	2	3	4	5
	Geen probleem	Gering probleem	Matig probleem	Ernstig probleem	Ik kan er niet van slapen
29 Hoeveel moeite heeft u gehad met slapen ten gevolge van pijn in uw arm, schouder of hand, gedurende de afgelopen week? (omcirkel het cijfer)	1	2	3	4	5
	Geheel oneens	Oneens	Geen mening	Mee eens	Volledig mee eens
30 Ik voel me minder inzetbaar, minder zeker van mijzelf of minder nuttig ten gevolge van mijn arm, schouder of handprobleem. (omcirkel het cijfer)	1	2	3	4	5

DASH-DLV beperkingen/klachten score =  $\frac{[(\text{som van } n \text{ antwoorden}) - 1] \times 25}{n}$

$n$  is gelijk aan het aantal beantwoorde vragen.

De DASH score mag niet berekend worden als er meer dan 3 vragen niet beantwoord zijn.