



## Oxford Heup scorelijst

Naam:

Geb. datum:

Datum:

### 1. Hoe zou u de pijn omschrijven die u normaal in/rond uw heup heeft?

- Geen pijn (5)
- Heel licht (4)
- Licht (3)
- Matig (2)
- Ernstig (1)

### 2. Heeft u, door uw heup, moeite met het wassen en aankleden van uw hele lichaam?

- Helemaal geen moeite (5)
- Beetje moeite (4)
- Nogal wat moeite (3)
- Veel moeite (2)
- Onmogelijk om te doen (1)

### 3. Heeft u, door uw heup, moeite bij het in- en uitstappen van de auto, trein, bus of ander openbaar vervoer?

- Helemaal geen moeite (5)
- Beetje moeite (4)
- Nogal wat moeite (3)
- Veel moeite (2)
- Onmogelijk om te doen (1)

### 4. Kunt u zelf uw kousen, sokken of panty's aantrekken?

- Ja, makkelijk (5)
- Met een beetje moeite (4)
- Met nogal wat moeite (3)
- Met veel moeite (2)
- Nee, onmogelijk (1)

### 5. Kunt u zelf uw dagelijkse boodschappen doen?

- Ja, makkelijk (5)
- Met een beetje moeite (4)
- Met nogal wat moeite (3)
- Met veel moeite (2)
- Nee, onmogelijk (1)

### 6. Hoe lang kunt u lopen (met of zonder stok) voordat de pijn in/rond uw heup ernstig wordt?

- Langer dan 30 minuten (5)
- 16 tot 30 minuten (4)
- 5 tot 15 minuten (3)
- Alleen in en om het huis (2)
- Helemaal niet (1)

**7. Kunt u trappen lopen?**

- Ja, makkelijk (5)
- Met een beetje moeite (4)
- Met nogal wat moeite (3)
- Met veel moeite (2)
- Nee, onmogelijk (1)

**8. Hoe pijnlijk is uw heup als u, na het eten aan tafel, opstaat vanuit uw stoel?**

- Helemaal niet pijnlijk (5)
- Beetje pijnlijk (4)
- Nogal pijnlijk (3)
- Erg pijnlijk (2)
- Ondraaglijk (1)

**9. Trekt u, vanwege uw heup, met uw been tijdens het lopen (de afgelopen 4 weken)?**

- Zelden/nooit (5)
- Soms (bijvoorbeeld de eerste passen) (4)
- Vaak (bijvoorbeeld niet alleen de eerste passen) (3)
- Meestal (2)
- Altijd (1)

**10. Heeft u wel eens dagen waarop u plotselinge, ernstige pijn (scheuten, steken en/of krampen) in/rond uw heup heeft?**

- Nee, nooit (5)
- 1-2 dagen (4)
- Een aantal dagen (3)
- De meeste dagen (2)
- Elke dag (1)

**11. In hoeverre beïnvloedt de pijn in uw heup uw dagelijks werk (inclusief huishoudelijk werk)?**

- Helemaal niet (5)
- Een beetje (4)
- Nogal (3)
- Veel (2)
- Totaal (1)

**12. Heeft u wel eens nachten waarop u in bed last heeft van pijn in/rond uw heup?**

- Nee, nooit (5)
- 1-2 nachten (4)
- Een aantal nachten (3)
- De meeste nachten (2)
- Elke nacht (1)