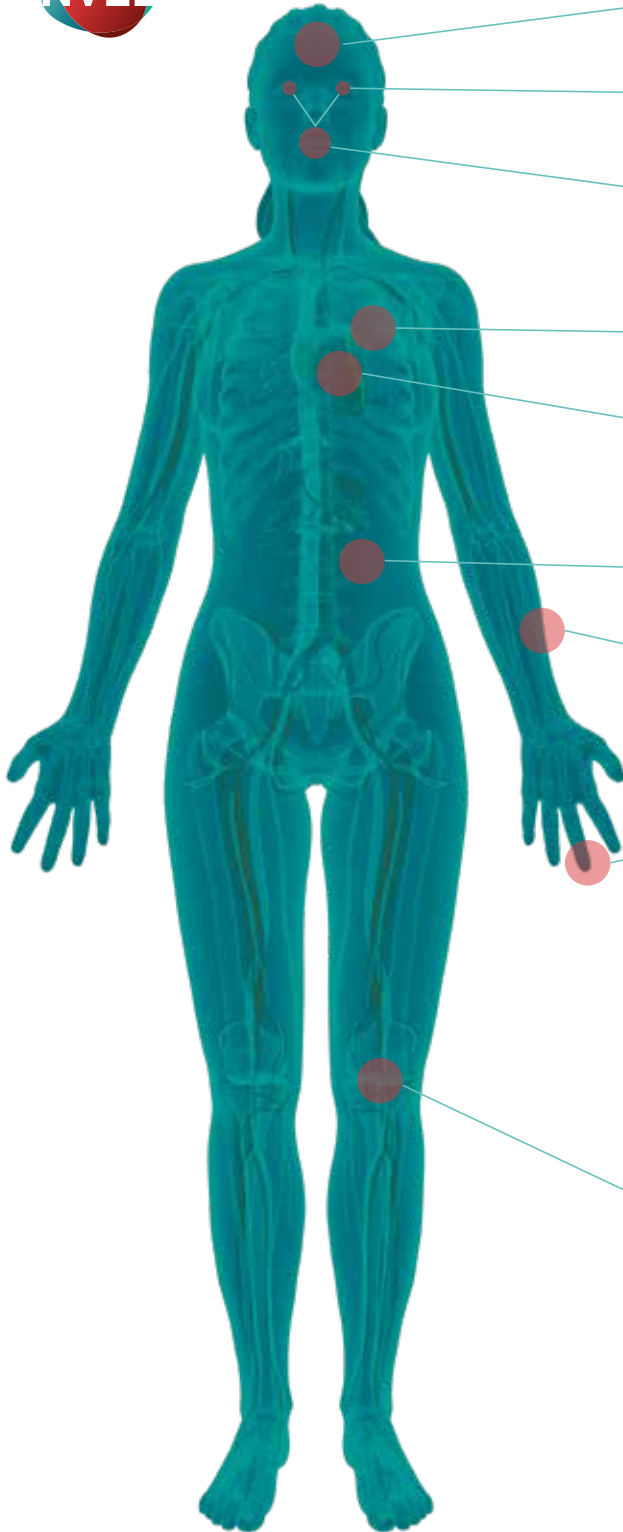


# Spreekkamerkaart **sclerodermie**



psychische klachten  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

droge mond/ droge ogen  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

slik problemen  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

longklachten  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

hart en vaat problemen  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

darmklachten  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

huidklachten  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

raynaud fenomeen  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

pijn  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

vermoeidheid  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

mobiliteitklachten/ stijfheid  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

gewrichtsklachten  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



bijwerkingen medicatie  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

andere klachten  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

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.

[www.nvle.org](http://www.nvle.org)



## KWALITEIT VAN LEVEN

- Gelukkig kunnen zijn
- Kunnen genieten
- Goed in je vel kunnen zitten
- Balans kunnen hebben

## LICHAMELIJKE GEZONDHEID

- Bewegen en bewegen kunnen volhouden
- Klachten en pijn
- Goed slapen
- Fit en gezond voelen
- Voeding/eten



## DAGELIJKS LEVEN

- Voor jezelf kunnen zorgen
- Hulpmiddelen
- Hulp kunnen vragen
- Weten wat je wel en niet kunt
- Weten hoe je gezond kunt leven

## ZINVOL LEVEN

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

## PSYCHISCHE GEZONDHEID

- Aandacht ergens bij kunnen houden
- Dingen kunnen onthouden
- Met mensen praten en ze begrijpen
- Zelf dingen kunnen beslissen
- Tevreden kunnen zijn over jezelf
- Kunnen omgaan met verandering zoals uiterlijk
- Vrolijk kunnen zijn

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



## MIJN POSITIEVE GEZONDHEID

Geef voor elk domein een cijfer van 0 tot 10 aan uw gezondheid op het web.