

## Quebec Back Pain Disability Scale (QBPDS)

Kopec J, 1995

Onderstaande vragenlijst gaat over de manier waarop uw rugklachten uw dagelijks leven beïnvloeden. Mensen met rugklachten kunnen moeite hebben met het uitvoeren van sommige dagelijkse activiteiten. Wij willen graag weten of u moeite heeft met het uitvoeren van onderstaande activiteiten vanwege uw rugklachten. Wij willen u verzoeken bij alle vragen een antwoord te omcirkelen dat het meest uw situatie weergeeft. Wanneer u één of meerdere van de beschreven activiteiten eigenlijk nooit uitvoert, beeld u zich dan in hoeveel moeite het u zou kosten wanneer u de activiteit op dit moment zou moeten uitvoeren.

Heeft u vandaag moeite om de volgende activiteiten uit te voeren vanwege uw rugklachten?

		Totaal geen moeite	Nauwelijks moeite	Enige moeite	Veel moeite	Zeer veel moeite	Niet in staat
1.	Opstaan uit bed	0	1	2	3	4	5
2.	De hele nacht slapen	0	1	2	3	4	5
3.	Omdraaien in bed	0	1	2	3	4	5
4.	Autorijden	0	1	2	3	4	5
5.	20 tot 30 minuten (achter elkaar) staan	0	1	2	3	4	5
6.	Enkele uren in een stoel zitten	0	1	2	3	4	5
7.	Een trap oplopen	0	1	2	3	4	5
8.	Een klein eindje lopen (300-400 m)	0	1	2	3	4	5
9.	Enkele kilometers lopen	0	1	2	3	4	5
10.	Naar een hoge plank reiken	0	1	2	3	4	5
11.	Een bal werpen	0	1	2	3	4	5
12.	Een eindje hardlopen (+/- 100 m)	0	1	2	3	4	5
13.	Iets uit de koelkast pakken	0	1	2	3	4	5
14.	Het bed opmaken	0	1	2	3	4	5
15.	Sokken (of panty) aantrekken	0	1	2	3	4	5
16.	Voorover buigen om bijv. de Badkuip of w.c. schoon te maken	0	1	2	3	4	5
17.	Een stoel verplaatsen	0	1	2	3	4	5
18.	Een zware deur opentrekken of open duwen	0	1	2	3	4	5
19.	Dragen van 2 tassen met boodschappen	0	1	2	3	4	5
20.	Een zware koffer optillen en dragen	0	1	2	3	4	5