









## PROBLEMEN OP HET GEBIED VAN 'ALGEMENE BEZIGHEDEN'

Hieronder treft u een lijst aan met problemen die mensen met ademhalings-klachten kunnen ervaren op het gebied van 'algemene bezigheden'. Leest u de lijst door, en geeft u bij elke klacht aan in welke mate u hiervan in de afgelopen 4 weken last hebt gehad. U doet dit door een cirkeltje te zetten om het cijfer dat uw antwoord het beste weergeeft.

**Dus: hoeveel last hebt u in de afgelopen 4 weken gehad van problemen op het gebied van 'algemene bezigheden, als gevolg van uw ademhalingsproblemen?**

	geheel geen last	erg weinig last	een beetje last	redelijk wat last	flink wat last	erg veel last	heel erg veel last
1. niet je gewone werkzaamheden/ bezigheden kunnen uitvoeren	1	2	3	4	5	6	7
2. problemen met 's morgens "op gang" te komen door ademhalingsproblemen	1	2	3	4	5	6	7
3. minder plezier in je werkzaamheden/ bezigheden door ademhalingsproblemen	1	2	3	4	5	6	7
4. problemen bij het bezig zijn met hobby's	1	2	3	4	5	6	7

## SITUATIES / STOFFEN DIE ADEMHALINGSKLACHTEN KUNNEN VEROORZAKEN OF VERERGEREN

Hieronder treft u een lijst aan met situaties en stoffen die ademhalingsklachten kunnen veroorzaken of verergeren. Leest u de lijst door, en geeft u bij elke situatie of stof aan in welke mate u hierdoor in de afgelopen 4 weken last van ademhalingsproblemen hebt gehad. U doet dit door een cirkeltje te zetten om het cijfer dat uw antwoord het beste weergeeft.

**Dus: hoeveel last hebt u in de afgelopen 4 weken gehad van ademhalingsproblemen in de volgende situaties of door de volgende stoffen?**

	geheel geen last	erg weinig last	een beetje last	redelijk wat last	flink wat last	erg veel last	heel erg veel last
1. in gebouwen met airconditioning	1	2	3	4	5	6	7
2. (buiten) tijdens koude dagen	1	2	3	4	5	6	7
3. (buiten) tijdens mistige dagen	1	2	3	4	5	6	7
4. (buiten) tijdens vochtige dagen	1	2	3	4	5	6	7
5. (buiten) tijdens het pollenseizoen	1	2	3	4	5	6	7
6. door huisdieren	1	2	3	4	5	6	7
7. door bepaalde planten, bloemen, bomen	1	2	3	4	5	6	7

## ALGEMENE DAGELIJKSE ACTIVITEITEN

Hieronder treft u een lijst aan met verschillende activiteiten waarbij mensen met ademhalingsklachten problemen kunnen ervaren. Leest u de lijst door, en geeft u bij elke activiteit aan in welke mate u hierdoor in de afgelopen 4 weken last van ademhalingsproblemen hebt gehad bij het uitvoeren van die activiteit. U doet dit door een cirkeltje te zetten om het cijfer dat uw antwoord het beste weergeeft.

**Let op: als u een activiteit nooit doet omdat u er teveel ademhalingsproblemen bij ervaart als u het wel zou doen, dan moet u 7 (heel erg veel last) invullen!**

**Dus: hoeveel last hebt u in de afgelopen 4 weken gehad met het uitvoeren van de volgende algemene dagelijkse activiteiten, als gevolg van uw ademhalingsproblemen?**

	geheel geen last	erg weinig last	een beetje last	redelijk wat last	flink wat last	erg veel last	heel erg veel last
1. trap lopen	1	2	3	4	5	6	7
2. een stukje hardlopen	1	2	3	4	5	6	7
3. fietsen	1	2	3	4	5	6	7
4. iets zwaars optillen	1	2	3	4	5	6	7
5. naar het toilet gaan	1	2	3	4	5	6	7
6. baden/douchen en/of aankleden	1	2	3	4	5	6	7
7. u zelf wassen	1	2	3	4	5	6	7
8. poetsen/schoonmaken	1	2	3	4	5	6	7
9. voor het gezin zorgen	1	2	3	4	5	6	7
10. winkelen,boodschappen doen, stadten	1	2	3	4	5	6	7

## SOCIALE ACTIVITEITEN, SEXUALITEIT EN RELATIES

Hieronder treft u een lijst aan met verschillende activiteiten waarbij mensen met ademhalingsklachten problemen kunnen ervaren. Leest u de lijst door, en geeft u bij elke activiteit aan in welke mate u hierdoor in de afgelopen 4 weken last van ademhalingsproblemen hebt gehad bij het uitvoeren van die activiteit. U doet dit door een cirkeltje te zetten om het cijfer dat uw antwoord het beste weergeeft.

**Let op: als u een activiteit nooit doet omdat u er teveel ademhalingsproblemen bij ervaart als u het wel zou doen, dan moet u 7 (heel erg veel last) invullen!**

**Dus: hoeveel last hebt u in de afgelopen 4 weken gehad met het uitvoeren van de volgende sociale activiteiten, sexualiteit en relaties, als gevolg van uw ademhalingsproblemen?**

	geheel geen last	erg weinig last	een beetje last	redelijk wat last	flink wat last	erg veel last	heel erg veel last
1. de deur uit gaan voor een uitstapje (een dagje weg)	1	2	3	4	5	6	7
2. naar verjaardagen of feestjes gaan	1	2	3	4	5	6	7
3. op bezoek gaan (bv. door rook, stof, enz.)	1	2	3	4	5	6	7
4. problemen met kussen/ knuffelen door ademhalingsklachten	1	2	3	4	5	6	7
5. geen zin in sex door ademhalingsklachten	1	2	3	4	5	6	7
6. problemen met vrijen door ademhalingsklachten	1	2	3	4	5	6	7
7. te moe om te vrijen door ademhalingsklachten	1	2	3	4	5	6	7

**Dank u voor het invullen van de vragenlijst**

**Wilt u controleren of u alle vragen hebt beantwoord?**