

Patiënt Specifieke Klachten, PSK

Beurskens, 1996

Toelichting voor de fysiotherapeut

Doel

De PSK kan worden toegepast om inzicht te krijgen in de activiteiten waar een patiënt moeite mee heeft als gevolg van zijn klachten..

De gekozen activiteiten kunnen u en de patiënt ondersteunen bij het vaststellen van de specifieke hulpvraag en het opstellen van de behandeldoelen en daarmee richting geven aan het behandelplan voor deze individuele patiënt. De PSK kan gedurende een behandeling meerdere keren gescoord worden. Het verschil in score tussen het begin, tussentijds en aan het einde van de behandeling kan aan de patiënt en u inzicht geven in de behaalde vooruitgang.

Gebruikersinstructie

De PSK bestaat uit twee delen: het inventariseren en vervolgens scoren van patiëntspecifieke activiteiten.

1. Het inventariseren

Aan de patiënt wordt gevraagd activiteiten te benoemen waarin hij/zij in het dagelijks leven hinder van ondervindt, c.q. moeite mee heeft door zijn of haar klachten of aandoening, en die hij/zij wil verbeteren met de therapie. Wanneer de patiënt geen activiteiten kan benoemen is het mogelijk om een activiteitenlijst als voorbeeld voor te leggen, dit hoeft echter niet. De patiënt selecteert de 3 belangrijkste klachten op het gebied van fysieke activiteiten (mag ook meer of minder). Deze moeten voor hem/haar persoonlijk relevant zijn, dit betekent dat de patiënt deze activiteiten regelmatig uitvoert en hij/zij er hinder van ondervindt.

2. Het scoren

De geselecteerde activiteiten worden gescoord op: de hoeveelheid moeite die het hem/haar kost om deze activiteit uit te voeren op een 11 punts-schaal, waarbij 0 = geen enkele moeite en 10= onmogelijk.

Doelgroep

De PSK is bij verschillende (chronische) patiëntcategorieën te gebruiken. Het principe is telkens hetzelfde maar de voorbeeld activiteitenlijst varieert per patiëntencategorie. Voor de doelgroepen chronische lage rugpijn, hartpatiënten, M. Parkinson, Claudicatio Intermittens en chronisch enkelletsel zijn voorbeeld activiteitenlijsten gemaakt. Maar u kunt de PSK ook voor andere aandoeningen gebruiken.

Uitvoering

Laat de patiënt zo specifiek mogelijk de activiteit beschrijven en zoveel mogelijk kwantificeren in tijd, gewicht etc. Bijvoorbeeld bij het poetsen: "moeite met lang (> 10 minuten) gebukt staan". Wanneer de patiënt moeite heeft met het 'bedenken' van activiteiten, kan hij tot aan de volgende afspraak 'bedenktijd' krijgen waarin hij goed na

kan gaan wat zijn specifieke probleemactiviteiten zijn. Bij de tweede afspraak volgt dan de definitieve selectie.

Patiënten waarbij de pijnklachten voorop staan, hebben vaak moeite met het scoren van activiteiten en neigen tot het scoren van de mate van pijn. De moeite met uitvoering van de betreffende activiteit moet echter gescoord worden.

Patiënten mogen geen activiteiten selecteren die ze vermijden omdat van deze het effect niet kan worden geëvalueerd.

PSK activiteitenlijst

- 1) Chronische lage rugpijn
- 2) Hartpatiënten
- 3) M. Parkinson
- 4) Claudicatio Intermittens
- 5) Chronisch enkelletsel

Patiënt Specifieke Klachten, PSK

Beurskens 1996

Toelichting voor de patiënt

Uw klachten hebben invloed op de activiteiten en bewegingen die u dagelijks doet en moeilijk te vermijden zijn. De gevolgen van deze klachten zijn voor iedereen verschillend. Elk persoon zal bepaalde activiteiten en bewegingen graag zien verbeteren door de behandeling.

Probeer de activiteiten te benoemen waar u de afgelopen week door uw klachten moeilijkheden mee had. We vragen u activiteiten te benoemen die **u heel belangrijk vindt** en die u het liefst zou **zien verbeteren** in de **komende weken**.

Naam:

PSK scoreformulier

Datum:

Benoem de **3 belangrijkste activiteiten** (moeilijk uitvoerbaar en vaak voorkomend) en rangschik ze naar mate van belangrijkheid:

1.

2.

3.

Extra:

Invulvoorbeeld

Activiteit: wandelen

Scoort u **0**, dan kost het wandelen u **geen enkele moeite**

geen enkele moeite 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 *onmogelijk*

Scoort u **10**, dan is het wandelen **onmogelijk** voor u

geen enkele moeite 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 *onmogelijk*

Score van de eerste 3 activiteiten

Activiteit 1:

Hoe moeilijk was het voor u in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

geen enkele moeite 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 *onmogelijk*

Activiteit 2:

Hoe moeilijk was het voor u in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

geen enkele moeite 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 *onmogelijk*

Activiteit 3:

Hoe moeilijk was het voor u in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

geen enkele moeite 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 *onmogelijk*

PSK Activiteitenlijst

Chronische Lage Rugpijn

Loopfuncties

- Lopen, wandelen
- Staan
- Traplopen
- Buitenshuis lopen op effen terrein
- Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- Hardlopen

Sport / hobby's

- Fietsen
- Fitness
- Tuinieren

Huishouden

- Strijken
- Ramen wassen
- Bed opmaken
- Stofzuigen
- Het dragen van voorwerpen
b.v. boodschappen/wasmand

Activiteiten Dagelijks Leven

- Aan- en uitkleden
- In bed liggen
- Seksuele activiteiten
- Omdraaien in bed
- Opstaan uit bed
- Opstaan uit een stoel
- Gaan zitten in een stoel
- Lang achtereen zitten
- In/uit auto stappen
- Rijden in een auto/bus
- Tillen
- Voorover buigen

Andere activiteiten

-
-
-

PSK Activiteitenlijst

Hartpatiënten

Loopfuncties

- Traplopen
- Lopen, wandelen
- Buitenshuis lopen op effen terrein
- Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- Berg op lopen
- Berg af lopen
- Hardlopen, rennen

Evenwicht

- Huppen
- Hurken

Sport/hobby's

- Fietsen
- Conditietraining
- Fitness
- Balsporten
- Tuinieren

Huishouden

- Ramen wassen
- Poetsen
- Bed opmaken
- Vegen
- Stofzuigen
- Tegels afwassen

Activiteiten Dagelijks Leven

- Boodschappen doen
- Liggen
- Bukken
- Tillen

Andere activiteiten

-
-
-

PSK activiteitenlijst

M. Parkinson

Loopfuncties

- Traplopen
- Lopen, wandelen
- Opstaan
- Buitenshuis lopen op effen terrein
- Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- Afwikkelen van de voet
- Bergop lopen
- Bergaf lopen
- Hardlopen

Evenwicht

- Stil staan
- Hurken
- Voorover buigen

Sport / hobby's

- Fietsen
- Conditietraining
- Fitness
- Balsporten
- Tuinieren
- Handwerken
- Lezen
- Knutselen

Huishouden

- Strijken
- Koken
- Poetsen
- Ramen wassen
- Bed opmaken
- Afwassen
- Wassen
- Vegen
- Stofzuigen
- Boodschappen doen

Activiteiten Dagelijks Leven

- Aan- en uitkleden
- Draaien in bed
- Liggen
- Zitten
- Eten / drinken
- Tandpoetsen
- Haren kammen
- Praten
- Slikken

Andere activiteiten

-
-
-

PSK activiteitenlijst

Claudicatio Intermittens

Loopfuncties

- o Traplopen
- o Opstaan
- o Lopen, wandelen
- o Buitenshuis lopen
- o Bergop lopen
- o Bergaf lopen
- o Afwikkelen van de voet
- o Hardlopen, rennen

Sport/hobby's

- o Fietsen
- o Conditietraining
- o Fitness
- o Tuinieren
- o Tennissen
- o Voetballen

Huishouden

- o Ramen wassen
- o Poetsen
- o Bed opmaken
- o Vegen
- o Stofzuigen

Activiteiten Dagelijks Leven

- o Boodschappen doen
- o Winkelen

Andere activiteiten

- o
- o
- o

PSK activiteitenlijst

(Chronisch) Enkelletsel

Loopfuncties

- o Traplopen
- o Opstaan
- o Lopen, wandelen
- o Buitenshuis lopen op effen terrein
- o Buitenshuis lopen op oneffen terrein
- o Bergop lopen
- o Bergaf lopen
- o Afwikkelen van de voet
- o Hardlopen, rennen

Evenwicht

- o Huppen
- o Hurken
- o Tenenstand
- o Belasting op aangedane zijde

Sport/hobby's

- o Fietsen
- o Conditietraining
- o Fitness
- o Tuinieren
- o Balsporten

Huishouden

- o Poetsen
- o Vegen
- o Stofzuigen

Activiteiten Dagelijks Leven

- o Boodschappen doen

Andere activiteiten

- o
- o
- o