Nekproblemen kunnen leiden tot nekpijn en/of pijn in de arm/schouder regio. Daarnaast kunnen er ook gevoelsstoornissen zoals tintelingen, een prikkend of een doof gevoel in deze gebieden ontstaan.

1. Van welk van de volgende problemen heeft u het meeste last? Krijt één optie aan.
   - □_1 nekpijn
   - □_2 arm/schouderpijn
   - □_3 gevoelsstoornissen in de nek/arm/schouder zoals een tintelend of doof gevoel, of een prikkend gevoel.
   - □_4 geen van bovenstaande opties

2. Voor de volgende 2 vragen (vraag 2a en vraag 2b) zouden we u willen vragen de ernst van uw pijn aan te geven door een kruisje te zetten op de schaal van 0-10 (waarbij “0” = geen pijn, “10” = de ergste pijn die u zich kunt voorstellen). Er zijn aparte vragen voor nekpijn en voor pijn in de arm/schouder.

2a. Hoe erg was uw nekpijn in de afgelopen week?

2b. Hoe erg was de pijn in uw arm/schouder de afgelopen week?

3. Gedurende de afgelopen week, in welke mate stond uw nekprobleem uw normale activiteiten (zowel werk buitenshuis als in het huishouden) in de weg?
   - □_1 helemaal niet
   - □_2 een klein beetje
   - □_3 matig
   - □_4 best wel
   - □_5 uiterst
|   |   |   |
|---|---|---|
| **4** | Als u **de rest van uw leven** zou moeten leven **met de klachten die u nu heeft**, hoe zou u zich daar dan bij voelen? | ☐ 1 erg tevreden  
☐ 2 enigszins tevreden  
☐ 3 noch tevreden noch ontevreden  
☐ 4 enigszins ontevreden  
☐ 5 erg ontevreden |
| **5** | Terugkijkend op de **afgelopen week**, hoe zou u uw kwaliteit van leven beoordelen? | ☐ 1 erg goed  
☐ 2 goed  
☐ 3 gematigd  
☐ 4 slecht  
☐ 5 erg slecht |
| **6** | **Gedurende de afgelopen 4 weken**, hoeveel dagen heeft u moeten minderen met **de activiteiten die u doorgaans onderneemt** (uw werk, het huishouden, school, ontspannende activiteiten) vanwege uw nekprobleem? | ☐ 1 geen  
☐ 2 tussen de 1 en 7 dagen  
☐ 3 tussen de 8 en 14 dagen  
☐ 4 tussen de 15 en 21 dagen  
☐ 5 meer dan 21 dagen |
| **7** | **Gedurende de afgelopen 4 weken**, hoeveel dagen heeft uw nekprobleem u ervan weerhouden om te gaan werken (uw werk, school, het huishouden)? | ☐ 1 geen  
☐ 2 tussen de 1 en 7 dagen  
☐ 3 tussen de 8 en 14 dagen  
☐ 4 tussen de 15 en 21 dagen  
☐ 5 meer dan 21 dagen |