



Vragenlijst therapietrouw

Zorgverleners adviseren mensen met chronische aandoeningen om oefeningen en/of activiteiten te doen. Deze oefeningen en/of activiteiten verbeteren de kwaliteit van leven en leren mensen beter om te gaan met hun aandoening. Mensen vinden vaak een eigen manier om deze oefeningen/activiteiten te doen. We zouden graag willen weten hoe u dit doet.

Klik alstublieft alle antwoorden aan die voor u van toepassing zijn.

1. Welke oefeningen/activiteiten bent u gevraagd te doen?

- Een-op-eenoefensessie met een zorgverlener
- Oefeningen in een groep
- Persoonlijke huiswerk oefeningen, die geadviseerd zijn door de zorgverleners
- Regelmatig oefenen
- Wandelen
- Actief blijven in het dagelijks leven
- Anders...

2. Hoe vaak moet u deze oefeningen en/of activiteiten doen?

- Elke dag
- 4 tot 6 dagen per week
- 2 tot 3 dagen per week
- 1 dag per week
- Minder dan 1 dag per week
- Anders...

3. Hoe lang moet u deze oefeningen en/of activiteiten blijven doen?

- Voor altijd
- Voor een bepaalde periode (specificeer alstublieft)
- Anders (specificeer alstublieft)

4. Hoe vaak doet u deze oefeningen en/of activiteiten?

- Elke dag
- 4 tot 6 dagen per week
- 2 tot 3 dagen per week
- 1 dag per week
- Helemaal niet
- Een-op-eenoefensessie met een zorgverlener
- Oefeningen in een groep
- Persoonlijke huiswerk oefeningen, die geadviseerd zijn door de zorgverleners
- Regelmatig oefenen
- Wandelen
- Actief blijven in het dagelijks leven
- Anders...

2. Hoe vaak moet u deze oefeningen en/of activiteiten doen?

- Elke dag
- 4 tot 6 dagen per week
- 2 tot 3 dagen per week
- 1 dag per week
- Minder dan 1 dag per week
- Anders...

3. Hoe lang moet u deze oefeningen en/of activiteiten blijven doen?

- Voor altijd
- Voor een bepaalde periode (specificeer alstublieft)
- Anders (specificeer alstublieft)

4. Hoe vaak doet u deze oefeningen en/of activiteiten?

- Elke dag
- 4 tot 6 dagen per week
- 2 tot 3 dagen per week
- 1 dag per week
- Helemaal niet

5. Als u gestopt bent met het doen van uw oefeningen en/of activiteiten, wanneer bent u gestopt en waarom?

6. Kunt u in uw eigen woorden uitleggen waarom u wel of niet uw oefeningen gedaan heeft?



Selecteer voor de volgende zes stellingen het antwoord dat het best past bij hoe u de voorgeschreven oefeningen en/of activiteiten uitvoert. Betrek bij het beantwoorden van de vragen alle oefeningen en/of activiteiten die u moet doen als onderdeel van uw behandeling.

1. Ik doe mijn oefeningen zo vaak als geadviseerd.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2. Ik ben vergeten mijn oefeningen te doen.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Ik doe minder oefeningen dan mijn zorgverlener heeft geadviseerd.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Ik pas mijn oefeningen in mijn dagelijkse routine in.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Ik kom er niet aan toe om mijn oefeningen te doen.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Ik doe (bijna) alle oefeningen.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

[Verstuur](#)



Vragenlijst therapietrouw

Wat verhindert of helpt u om de oefeningen te doen?

Selecteer voor de volgende tien stellingen het antwoord wat het best beschrijft waarom u wel of niet de aanbevolen oefeningen en/of activiteiten doet.

1. Ik heb geen tijd om mijn oefeningen te doen.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2. Door andere verplichtingen kan ik mijn oefeningen niet doen.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Ik doe mijn oefeningen niet wanneer ik moe ben.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Ik ben vertrouwd met het doen van mijn oefeningen.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Mijn familie en vrienden stimuleren mij om mijn oefeningen te doen.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Ik doe mijn oefeningen om mijn gezondheid te verbeteren.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

7. Ik doe mijn oefeningen omdat ik ze leuk vind.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Ik pas mijn oefeningen zo aan dat ze bij mij passen.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9. Ik stop met oefenen wanneer mijn pijn erger wordt.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Ik weet niet zeker hoe ik mijn oefeningen moet doen.

0	1	2	3	4
Helemaal mee eens				Helemaal mee oneens
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

[Verstuur](#)