

Neck Disability Index

Vernon 1991

1. Pijn

- Ik heb nu geen pijn
- Ik heb nu weinig pijn
- Ik heb nu matige pijn
- Ik heb nu vrij hevige pijn
- Ik heb nu zeer hevige pijn
- Ik heb nu de slechts denkbare pijn

2. Persoonlijke verzorging (wassen, aan- en uitkleden)

- Ik kan goed voor mezelf zorgen zonder dat de pijn toeneemt
- Ik kan goed voor mezelf zorgen hoewel dat de pijn doet toenemen
- Voor mezelf zorgen is pijnlijk en gaat langzaam en voorzichtig
- Voor mezelf zorgen lukt goed maar vaak met enige hulp
- Elke dag voor mezelf zorgen lukt meestal alleen met hulp
- Ik kan mezelf niet aankleden; mezelf wassen gaat moeilijk en ik blijf in bed

3. Tillen

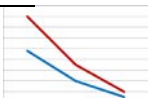
- Ik kan een zwaar gewicht tillen zonder dat de pijn toeneemt
- Ik kan een zwaar gewicht tillen, maar dat doet de pijn toenemen
- De pijn weerhoudt mij van het optillen van een zwaar gewicht van de grond, maar zou dat wel kunnen wanneer dat gewicht hoger (bijv. op een tafel) gelegen is
- De pijn weerhoudt mij ervan om zware dingen op te tillen, maar het lukt me wel om lichte tot middelzware gewichten te tillen als ze makkelijk geplaatst zijn
- Ik kan alleen zeer lichte gewichten tillen
- Ik kan helemaal niets tillen of dragen

4. Lezen

- Ik kan zo veel lezen als ik wil zonder pijn in mijn nek
- Ik kan zo veel lezen als ik wil met weinig pijn in mijn nek
- Ik kan zo veel lezen als ik wil met matige pijn in mijn nek
- Ik kan niet zo veel lezen als ik zou willen vanwege de matige pijn in mijn nek
- Ik kan bijna niet meer lezen vanwege de hevige pijn in mijn nek
- Ik kan helemaal niet meer lezen

5. Hoofdpijn

- Ik heb helemaal geen hoofdpijn
- Ik heb af en toe lichte hoofdpijn
- Ik heb af en toe matige hoofdpijn
- Ik heb vaak matige hoofdpijn
- Ik heb vaak hevige hoofdpijn
- Ik heb bijna altijd hoofdpijn



6. Concentratie

Ik kan mij goed concentreren zonder moeite wanneer ik dat wil
Ik kan mij goed concentreren met enige moeite wanneer ik dat wil
Het kost mij duidelijk moeite om te concentreren wanneer ik dat wil
Het kost mij veel moeite om te concentreren wanneer ik dat wil
Het kost mij zeer veel moeite om te concentreren wanneer ik dat wil
Ik kan mij helemaal niet concentreren

7. Werk

Ik kan zo veel werk doen als ik wil
Ik kan alleen mijn gewone werk doen, maar niet meer
Ik kan het grootste deel van mijn gewone werk doen, maar niet meer
Ik kan mijn gewone werk niet doen
Ik kan bijna geen enkel werk meer doen
Ik kan helemaal niet meer werken

8. Autorijden

Ik kan autorijden zonder enige nekpijn
Ik kan autorijden zo lang als ik wil met weinig pijn in mijn nek
Ik kan autorijden zo lang als ik wil met matige pijn in mijn nek
Ik kan niet autorijden zo lang als ik wil vanwege de matige pijn in mijn nek
Ik kan bijna niet meer autorijden vanwege de hevige pijn in mijn nek
Ik kan helemaal niet meer autorijden

9. Slapen

Ik heb geen moeite met slapen
Mijn slaap is heel licht gestoord (minder dan 1 uur wakker)
Mijn slaap is licht gestoord (1 tot 2 uur wakker)
Mijn slaap is matig gestoord (2 tot 3 uur wakker)
Mijn slaap is fors gestoord (3 tot 5 uur wakker)
Mijn slaap is volledig gestoord (5 tot 7 uur wakker)

10. Vrije tijd

Ik kan aan alle activiteiten meedoen zonder enige pijn in mijn nek
Ik kan aan alle activiteiten meedoen met enige pijn in mijn nek
Vanwege de pijn in mijn nek kan ik aan de meeste, maar niet alle, gebruikelijke activiteiten meedoen
Vanwege de pijn in mijn nek kan ik aan maar weinig gebruikelijke activiteiten meedoen
Vanwege de pijn in mijn nek kan ik nagenoeg aan geen activiteiten meedoen
Ik kan aan geen enkele activiteit meer meedoen

Interpretatie

Per vraag zijn er 6 antwoordcategorieën. De eerste antwoordcategorie (score 0) geeft geen beperkingen aan, de laatste categorie (score 5) betekent de meeste beperkingen.

De totaalscore is de som van de tien delen vragen (maximaal 50) vermenigvuldigd met factor 2. De gevonden waarde representeert het "beperkingen-percentages" (0-100%).

