



Algofunctional Index Arthrose Heup

Naam.....

Datum.....

Pijn of onbehagen

Tijdens nachtelijke bedrust:

- niet of niet-significant 0
- alleen bij bewegen of in een bepaalde positie 1
- in rust 2

Ochtendstijfheid:

- 1 minuut of minder 0
- meer dan 1 minuut maar minder dan 15 minuten 1
- 15 minuten of meer 2

Na 30 minuten staan 0-1

Met lopen:

- niet 0
- alleen na lopen van enige afstand 1
- snel na starten van het lopen en toenemend na enige tijd lopen 2
- na starten van het lopen, niet toenemend 1

Na lange tijd zitten (2 uur) 0-1

Maximaal te lopen afstand (mag met pijn lopen)

- Onbeperkt 0
- Meer dan 1 km., maar beperkt 1
- Ongeveer 1 km. (in ongeveer 15 minuten) 2
- Tussen 500-900 m. (in ongeveer 8-15 min.) 3
- Tussen 300-500 m. 4
- Tussen 100-300 m. 5
- Minder dan 100 m. 6

- Lopen met één stok of kruk 1
- Lopen met twee stokken of krukken 2

Activiteiten Dagelijkse Leven

- Sokken aantrekken door voorover buigen 0-2
- Een voorwerp oppakken van de vloer 0-2
- Een normale trap op- en aflopen 0-2
- In- en uit de auto kunnen stappen 0-2

TOTAAL SCORE: _____