

**BASFI**

Datum

ing op de voorafgaande 7 dagen  
10 achter de vraag in het vakje

a Uw kousen of panty's aantrekken zonder hulp of hulpmiddelen (b.v. kousentrekker)?

gemakkelijk 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 onmogelijk

b Vanuit de heup naar voren buigen om zonder hulp een pen van de grond te rapen?

gemakkelijk 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 onmogelijk

c Iets van een hoge plank pakken zonder hulp of hulpmiddelen (b.v. helpende hand)?

gemakkelijk 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 onmogelijk

d Rechtop gaan staan vanaf een eetkamerstoel zonder armleuning, zonder uw handen of andere hulp te gebruiken?

gemakkelijk 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 onmogelijk

e Zonder hulp overeind komen als u op uw rug op de grond ligt?

gemakkelijk 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 onmogelijk

f Gedurende 10 minuten zonder steun blijven staan zonder ongemakken?

gemakkelijk 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 onmogelijk

g Een trap van 12-15 treden opgaan zonder een leuning of wandelstok of iets dergelijke te gebruiken. Eén voet op elke trede?

gemakkelijk 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 onmogelijk

h Over uw schouder kijken zonder uw lichaam te draaien?

gemakkelijk 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 onmogelijk

i Fysiek zware activiteiten uitvoeren (b.v. fysiotherapie oefeningen, tuinieren of sport)?

gemakkelijk 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 onmogelijk

j Een volledige dagtaak thuis of op het werk uitvoeren?

gemakkelijk 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 onmogelijk

Handmatige berekening

Tel de punten van de 10 vragen bij elkaar op:

En deel dit totaal door 10 voor de BASFI:

$$\text{BASFI} = \frac{a+b+c+d+e+f+g+h+i+j}{10}$$

BASFI =

Eventuele opmerkingen om met uw arts te bespreken