

2. Funksjon

a) spesifikke aktiviteter

Angi *hvor vanskelig det har vært* å utføre aktivitetene som er beskrevet under *den siste uken*.

Sett en ring rundt tallet som best beskriver vanskelighetsgraden på en skala fra 0 til 10. 0 betyr at du ikke har hatt noen problemer og 10 betyr så store problemer at det har vært umulig å utføre aktiviteten.

Hvor vanskelig har det vært å bruke hånden du har/har hatt problemer med til å

	ingen vansker										greier ikke å utføre												
Vri om en nøkkel	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												
Holde i kniven når du skjærer kjøtt	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												
Kneppe skjorteknapper	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												
Skyve fra når du reiser deg fra en stol	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												
Bære en gjenstand på 5 kg	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												
Bruke toalettpapir	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												

b) generelle aktiviteter

Angi *hvor vanskelig det har vært for deg* å utføre dine vanlige aktiviteter innenfor hvert av områdene beskrevet

nedenfor i løpet av *den siste uken*. Med "vanlige aktiviteter" mener vi aktiviteter du vanligvis utførte *før* du fikk problemer med hånden. Sett en ring rundt tallet som best beskriver dine problemer på en skala fra 0-10. 0 betyr at du ikke hadde noen problemer, 10 betyr at du ikke greide å utføre dine vanlige aktiviteter.

	ingen vansker										greier ikke å utføre												
Personlig pleie (påkledning, vask/stell)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												
Husarbeid (renhold/vedlikehold)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												
Arbeid (ditt yrke eller annet daglig arbeid)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												
Fritidsaktiviteter	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												

3. Utseende (valgfritt)

Hvor viktig er håndens utseende for deg?

svært viktig

nokså viktig

ikke viktig

	svært tilfreds										svært utilfreds												
Hvor tilfreds har du vært med håndens utseende den siste uken?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												

Kommentarer: