

de Lastmeter

Disclaimer

De Lastmeter is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. IKNL is niet aansprakelijk voor de juistheid, volledigheid of effectiviteit van het product. Het gebruik van de Lastmeter geschiedt voor volledig risico van de gebruiker.

Sorunlar, Şikayetler ve endişeler hakkında ne kadar zorluklar yaşıyorsunuz?

Hoeveel last hebt u van problemen, klachten en zorgen?

Uitgave van
Integraal Kankercentrum Nederland
t 030 233 80 60
© 2008



lastmeter

Doldurma tarihi:

(gün - ay - yıl)
(dag - maand - jaar)

ilk önce aşağıdaki termometreyi işaretleyiniz

Geçtiğimiz hafta boyunca (bugün de dahil olmak üzere)

Fiziksel duygusal, sosyal ve günlük yaşamda ne kadar sorunlar yaşadığınızı aşağıdaki termometre üzerinde işaretleyiniz

Vul eerst de thermometer in:

Omcirkeel het nummer op de thermometer dat het best samenvat hoeveel last u de afgelopen week (inclusief vandaag) hebt gehad op lichamelijke, emotioneel, sociaal en praktisch gebied.

Termometreyi

Stres en üst düzeyde
extrem
veel last

10
9
8
7
6
5
4
3
2
1
0

Stres yok
helemaal
geen last

Problem ve sorun listesi

Aşağıdaki maddelerden her hangi biri ile geçtiğimiz hafta boyunca (bugün de dahil olmak üzere) sorun yaşayıp yaşamadığınızı belirtmişsiniz. Bütün sorular cevaplamışsınız?

Wilt u voor onderstaande gebieden aangeven of u de afgelopen week (inclusief vandaag) hier moeite mee hebt gehad of problemen bij hebt ervaren. Wilt u elke vraag beantwoorden?

- | | | |
|---------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|
| ja nee
evet hayir | <u>Günlük yaşam sorunları</u> | Praktische problemen |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>Çocuk bakımı</u> | zorg voor kinderen |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>Barınma</u> | wonen / huisvesting |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>Ev işleri</u> | huishouden |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>Ulaşım</u> | vervoer |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>iş okul</u> | werk / school / studie |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>Sosyal güvence/Finans</u> | financiën |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>Sigorta</u> | verzekering |
| ja nee
evet hayir | <u>Ailevi sorunlar</u> | Gezins- / sociale problemen |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>Eş</u> | omgang met partner |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>Çocuklar</u> | omgang met kinderen |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>Akrabaları/arkadaşlar</u> | omgang met familie / vrienden |
| ja nee
evet hayir | <u>Duygusal sorunlar</u> | Emotionele problemen |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>duygularına hakim olmak</u> | greep hebben op emoties |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>bir şeyleri hatırlama</u> | herinneren van dingen |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>kendine güven</u> | zelfvertrouwen |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>korkular</u> | angsten |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>depresyon / üzüntü / kasvet</u> | neerslachtigheid / somberheid |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>gerginlik</u> | spanning |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>yalınlık</u> | eenzaamheid |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>konsantrasyon</u> | concentratie |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>suçluluk</u> | hissichuldgevoel |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>sinirli</u> | controleverlies |
| ja nee
evet hayir | <u>Inançla ilgili sorunlar</u> | Religieuze/spirituele problemen |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>hayatın anlamı/hayata bakış</u> | zin van het leven / levensbeschouwing |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>Allah'a / inanç'a güven</u> | vertrouwen in God / geloof |

- | | | |
|---------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|
| ja nee | <u>Bedenssel Sorunlar</u> | Lichamelijke problemen |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>fiziksel görünüm</u> | uiterlijk |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>idrar sorunları</u> | veranderde urine – uitscheiding |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>kabızlık</u> | verstopping / obstipatie |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>ishal</u> | diarree |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>yemek yeme</u> | eten |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>şişkinlik hissi</u> | opgezwollen gevoel |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>ateş</u> | koorts |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>ağız yaraları</u> | mondslijmvlies |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>bulantı</u> | misselijkheid |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>burun Tıkanıklığı</u> | droge, verstopte neus |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>ağrı</u> | pijn |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>cinsel sorunlar</u> | seksualiteit |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>ciltte kurumalkaşı ntı</u> | droge, jeukerige huid |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>uyku</u> | slaap |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>Nefes darlığı</u> | benauwdheid |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>baş dönmesi</u> | duizeligheid |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>konuşmak</u> | praten |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>lezzet alma sorunları</u> | smaakvermogen |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>vucut ağırlığında değişiklik</u> | veranderingen in gewicht |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>el / ayakta karınalanma</u> | tintelingen in handen/voeten |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>banyo yapma i giyinme</u> | wassen / aankleden |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>günlük işler</u> | dagelijkse bezigheden |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>yorgunluk</u> | moeheid |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>kondisyon / güç</u> | conditie |
| <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <u>kas gücü / adale kuvveti</u> | spierkracht |

Diğer problemler

Andere problemen

Sorularınız hakkında bir uzman ile konuşmak ister misiniz?

Zou u met een deskundige willen praten over uw problemen?

- evet (ja) belki (misschien) hayir (nee)