

Meetinstrument: De Neck Disability Index

De "Neck Disability Index (**NDI**) is een scorelijst waarmee de dagelijkse beperkingen van patiënten met neklachten kunnen worden duidelijk gemaakt.

Vorm: Een lijst met 10 categorieën in relatie tot het dagelijks functioneren met neklachten: pijnintensiteit, zelfverzorging, tillen, lezen, hoofdpijn, concentratie, werk, autorijden, slaap, vrije tijd.

Score: Per categorie zijn er 6 mogelijkheden met elk een andere score. De eerste optie geeft *geen beperkingen* aan (score 0), de laatste optie geeft *de meeste beperkingen* aan (score 5).

De totaalscore is de som van de tien scores (maximaal 50), vermenigvuldigd met de factor 2. De gevonden waarde representeert het "beperkingenpercentage" (0-100%).

NDI – Vragenlijst (omcirkel het getal 0, 1, 2, 3, 4 **of** 5 dat vóór elke optie is geplaatst).



1. Pijn

- 0 Ik heb nu geen pijn
- 1 Ik heb nu weinig pijn
- 2 Ik heb nu matige pijn
- 3 Ik heb nu vrij hevige pijn
- 4 Ik heb nu zeer hevige pijn
- 5 Ik heb nu de slechtst denkbare pijn

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

- 0 Ik kan goed voor mezelf zorgen zonder dat de pijn toeneemt
- 1 Ik kan goed voor mezelf zorgen hoewel dat de pijn doet toenemen
- 2 Voor mezelf zorgen is pijnlijk en gaat langzaam en voorzichtig
- 3 Voor mezelf zorgen lukt goed maar vaak met enige hulp

- 4 Elke dag voor mezelf zorgen lukt meestal alleen met hulp
- 5 Ik kan mezelf niet aankleden; mezelf wassen gaat moeilijk en ik blijf in bed

3. Tillen

- 0 Ik kan een zwaar gewicht tillen zonder dat de pijn toeneemt
- 1 Ik kan een zwaar gewicht tillen, maar dat doet de pijn toenemen
- 2 De pijn weerhoudt mij van het optillen van een zwaar gewicht van de grond, maar zou dat wel kunnen wanneer dat gewicht hoger (bijvoorbeeld op een tafel) gelegen is
- 3 De pijn weerhoudt mij van het optillen van een zwaar gewicht, maar ik kan wel een middelzwaar tot licht gewicht optillen wanneer dat gewicht hoger (bijvoorbeeld op een tafel) gelegen is.
- 4 Ik kan alleen zeer lichte gewichten tillen
- 5 Ik kan helemaal niets tillen of dragen

4. Lezen

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

5. Hoofdpijn

- 0 Ik heb helemaal geen hoofdpijn
- 1 Ik heb af en toe lichte hoofdpijn
- 2 Ik heb af en toe matige hoofdpijn
- 3 Ik heb vaak matige hoofdpijn
- 4 Ik heb vaak hevige hoofdpijn
- 5 Ik heb bijna altijd hoofdpijn

6. Concentratie

- 0 Ik kan mij goed concentreren zonder moeite wanneer ik dat wil
- 1 Ik kan mij goed concentreren met enige moeite wanneer ik dat wil
- 2 Het kost mij duidelijk moeite om me te concentreren wanneer ik dat wil
- 3 Het kost mij veel moeite om me te concentreren wanneer ik dat wil
- 4 Het kost mij zeer veel moeite om me te concentreren wanneer ik dat wil
- 5 Ik kan mij helemaal niet concentreren

7. Werk

- 0 Ik kan zo veel werk doen als ik wil
- 1 Ik kan alleen mijn gewone werk doen, maar niet meer
- 2 Ik kan het grootste deel van mijn gewone werk doen, maar niet meer
- 3 Ik kan mijn gewone werk niet doen
- 4 Ik kan bijna geen enkel werk meer doen
- 5 Ik kan helemaal niet meer werken

8. Autorijden

- 0 Ik kan autorijden zonder enige nekpijn
- 1 Ik kan autorijden zo lang als ik wil met weinig pijn in mijn nek
- 2 Ik kan autorijden zo lang als ik wil met matige pijn in mijn nek
- 3 Ik kan niet autorijden zo lang als ik wil, vanwege de matige pijn in mijn nek
- 4 Ik kan bijna niet meer autorijden vanwege de hevige pijn in mijn nek
- 5 Ik kan helemaal niet meer autorijden

9. Slapen

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

10. Vrije tijd

- 0 Ik kan aan alle activiteiten meedoen zonder enige pijn in mijn nek
- 1 Ik kan aan alle activiteiten meedoen met enige pijn in mijn nek
- 2 Vanwege de pijn in mijn nek kan ik niet aan alle, maar wel de meeste - gebruikelijke - activiteiten meedoen
- 3 Vanwege de pijn in mijn nek kan ik maar weinig aan gebruikelijke activiteiten meedoen
- 4 Vanwege de pijn in mijn nek kan ik nagenoeg niet aan activiteiten meedoen
- 5 Ik kan aan geen enkele activiteit meer meedoen

Beperkingenpercentage NDI:

Totaalscore: ... x 2 = ... %

Datum:

Naam:

Geboortedatum: