

Deelname aan normale trainingen en wedstrijden *

Q.3

Heb je de afgelopen week problemen gehad tijdens het sporten vanwege klachten aan de onderste extremiteiten?

- Ik heb volledig deelgenomen zonder klachten
 - Ik heb volledig deelgenomen, maar had wel problemen met een blessure of ziekte
 - Ik heb gedeeltelijk deelgenomen vanwege problemen met een blessure of ziekte
 - Ik heb helemaal niet deelgenomen vanwege problemen met een blessure of ziekte
-

Verminderd trainingsvolume *

Q.4

In welke mate heb je de afgelopen week je trainingsvolume teruggebracht vanwege blessures, ziekten of andere gezondheidsklachten?

- Niet teruggebracht
 - Enigszins
 - Matig
 - Veel
 - Ik heb niet kunnen deelnemen
-

Verminderde prestaties *

Q.5

In hoeverre heb je de afgelopen week gemerkt dat klachten aan de onderste extremiteiten je prestatieniveau bij het sporten hebben beïnvloed?

- Niet van invloed
 - Enigszins
 - Matig
 - Veel
 - Ik heb niet kunnen deelnemen
-

Symptomen van blessure of ziekte *

Q.6

In welke mate heb je de afgelopen week last gehad van klachten aan de onderste extremiteiten?

- Geen symptomen of gezondheidsklachten
 - Enigszins
 - Matig
 - Veel
-

Afwegigheid *

Q.7

Hoeveel dagen in de afgelopen week heb je niet volledig of geheel niet kunnen deelnemen aan een training of wedstrijd ten gevolge van klachten aan de onderste extremiteiten?

In geval van meerdere blessures of ziekten dient u hier alleen het ernstigste probleem te beschrijven. Overige problemen kunnen aan het eind van de vragenlijst worden genoteerd.

Indien u de gehele week zonder pijn of hinder heeft kunnen deelnemen dan antwoord u "niet van toepassing".

Type probleem *

Q.8

Betreft het ernstigste probleem waardoor u deze week pijn of hinder ondervonden een blessure of een ziekte?

- Blessure
 - Ziekte
 - Niet van toepassing
-

Blessuregebied *

Q.9

Vink a.u.b. aan waar de blessure of klacht zit. Verwijs bij problemen op meerdere plaatsen alleen naar het ernstigste probleem deze week.

- Hoofd / Gezicht
 - Nek / Hals
 - Schouder links
 - Bovenarm
 - Elleboog
 - Onderarm
 - Pols / Hand links
 - Vinger
 - Borstkas incl. organen
 - Buik incl. organen
 - Bovenrug (borst)
 - Onderrug (lumbaal)
 - Bekken
 - Heup / Lies
 - Bovenbeen
 - Knie
 - Onderbeen
 - Enkel
 - Voet / Teen
 - Schouder rechts
 - Pols / Hand rechts
 - Borst
 - Anders:
-

Wat is er gebeurd?

Q.10

Leg kort in je eigen woorden uit wat er is gebeurd of hoe de klacht is ontstaan.

LET OP! *

Q.11

Is dit de eerste keer dat je deze blessure of ziekte via dit registratiesysteem registreert?

- Ja, dit is de eerste keer
 - Nee, ik heb hetzelfde probleem in één van de afgelopen vier weken geregistreerd
 - Nee, ik heb hetzelfde probleem eerder geregistreerd, maar dat was langer dan vier weken geleden
-

Contact met medische staf *

Q.12

Ik heb het probleem gemeld bij ...

- Bondsarts
- bondsfysiotherapeut
- Privétrainer
- Bondstrainer
- Conditietrainer

Anders:

Opmerkingen

Q.13

Gebruik dit veld als je nog verdere informatie hebt over je gemelde probleem
