

Cognitive Complaints - Participation (CoCo-P)

COGNITIEVE KLACHTEN IN HET DAGELIJKS LEVEN

VERSIE VOOR PATIËNT

Als gevolg van hersenletsel kunnen er problemen in de denkfuncties ontstaan, zoals moeite met het onthouden of het concentreren. Deze problemen kunnen gevolgen hebben voor uw dagelijkse activiteiten. Door middel van deze vragenlijst willen wij inzicht krijgen in de klachten die u ervaart en hoe deze klachten uw dagelijkse activiteiten beïnvloeden.

Naam:

Datum: / /

Patiënt- /revalidantnummer:

INVULLEN VAN DE VRAGENLIJST NEEMT **15-20 MINUTEN** IN BESLAG.

In deze vragenlijst vragen wij u hoe dagelijkse activiteiten **momenteel** verlopen in verschillende situaties (zoals werk en vrijetijdsbesteding).

U beantwoordt de vraag door één van de volgende antwoordmogelijkheden aan te vinken:



**Zelfstandig
zonder
moeite**

Ondanks het hersenletsel voert u deze activiteit zelfstandig en zonder moeite uit.



**Zelfstandig
met
moeite**

Vanwege het hersenletsel heeft u aanzienlijk meer moeite met deze activiteit.

Voorbeelden:

- Het kost u meer tijd
- U moet tussendoor uitrusten
- U maakt gebruik van een hulpmiddel, zoals geheugensteuntjes
- U doet dit nu minder vaak, of minder lang
- U doet dit nu in een minder belastende vorm



Met hulp

Vanwege het hersenletsel krijgt u hulp bij het uitvoeren van deze activiteit. Het gaat om zowel betaalde hulp als om onbetaalde hulp van familie of vrienden.

Voorbeelden:

- U krijgt hulp bij het huishoudelijke werk
- U krijgt hulp van familie bij vervoer ergens naar toe



**Niet
mogelijk**

Vanwege het hersenletsel doet u deze activiteit niet.

**Niet van
toepassing**

U doet deze activiteit niet, maar dat is **niet vanwege het hersenletsel**.

Voorbeelden:

- U rijdt geen auto omdat u geen rijbewijs heeft
- U voert geen betaald werk uit, maar u deed dit ook niet voor het hersenletsel

Indien gewenst, kunt u uw antwoord toelichten in het vak "Aanvullingen".

Daarnaast vragen wij u hoe vermoeiend de activiteit is. U beantwoordt de vraag door een kruisje op de lijn te zetten.

VOORBEELD:

Als uw werk en/of opleiding zeer vermoeiend voor u is, zet u een kruisje op de lijn richting zeer vermoeiend:

Hoe vermoeiend is uw werk en/of opleiding voor u?

niet
vermoeiend



zeer
vermoeiend

Werk en/of opleiding

HIERONDER VALT BETAALD WERK, VRIJWILLIGERSWERK, EEN DEEL- OF VOLTIJD STUDIE.

Let op: u beantwoordt deze vragen met betrekking tot het hersenletsel.

Zelfstandig
zonder moeite

Zelfstandig
met moeite

Met hulp

Niet mogelijk

Niet van
toepassing



1. Ik plan mijn activiteiten voor de dag en de week.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Ik houd mijn aandacht bij mijn activiteit en laat mij niet afleiden door dingen die om mij heen gebeuren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Ik kan mijn taken en activiteiten uitvoeren in een drukke prikkelrijke omgeving.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Ik verdraag een fel beeldscherm van een computer, tablet of telefoon.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Ik houd taken vol die mentale energie vragen op mijn werk of opleiding. Ik hoef geen extra rust of pauze te nemen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Ik onthoud de informatie die ik in een college of overleg heb gehoord.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Ik controleer tijdens mijn activiteiten wat ik heb gedaan en wat ik nog moet doen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

AANVULLINGEN:

Hoe vermoeiend is uw werk en/of opleiding voor u?

niet
vermoeiend

zeer
vermoeiend

Vrijtijdsbesteding

HIERONDER VALLEN HOBBY'S, SPORTACTIVITEITEN, VERENIGINGSACTIVITEITEN ETC.

Let op: u beantwoordt deze vragen met betrekking tot het hersenletsel.

Zelfstandig
zonder moeite

Zelfstandig
met moeite

Met hulp

Niet mogelijk

Niet van
toepassing



8. Ik blijf wakker tijdens het uitvoeren van mijn vrijetijdsbesteding.



9. Ik kan meerdere activiteiten achter elkaar doen op een dag. Bijvoorbeeld werken, koken en vervolgens mijn vrijetijdsbesteding.



10. Ik doe mijn vrijetijdsbesteding of hobby.



11. Ik onthoud wie de laatste persoon is die ik heb gezien tijdens mijn vrijetijdsbesteding.



AANVULLINGEN:

Hoe vermoeiend is uw vrijetijdsbesteding voor u?

niet
vermoeiend

zeer
vermoeiend

Reizen

HIERONDER VALT HET GEBRUIK MAKEN VAN HET OPENBAAR VERVOER, VLIEGEN, TAXISERVICES ETC.

Let op: u beantwoordt deze vragen met betrekking tot het hersenletsel.

Zelfstandig
zonder moeite

Zelfstandig
met moeite

Met hulp

Niet mogelijk

Niet van
toepassing



12. Als ik een reis ga maken bereid ik deze voor, zoals het boeken van een vlucht, het pakken van mijn spullen en het gebruik maken van een dienstregeling of vluchtschema.



13. Tijdens het reizen pas ik mijn planning aan wanneer er sprake is van vertraging.



AANVULLINGEN:

Hoe vermoeiend is reizen voor u?

niet
vermoeiend

zeer
vermoeiend

Autorijsden

HIERONDER VALT HET RIJDEN VAN KORTE EN LANGE AFSTANDEN BINNEN UW WOONOMGEVING OF DAARBUITEN.

Let op: u beantwoordt deze vragen met betrekking tot het hersenletsel.

Zelfstandig zonder moeite Zelfstandig met moeite Met hulp Niet mogelijk Niet van toepassing



14. Tijdens het autorijden heb ik aandacht voor medeweggebruikers.



15. Ik blijf wakker tijdens het autorijden.



16. Tijdens het autorijden houd ik de juiste snelheden aan.



AANVULLINGEN:

Hoe vermoeiend is autorijden voor u?

niet vermoeiend

zeer vermoeiend

Contact met familie, vrienden en woonomgeving

HIERONDER VALLEN UW SOCIALE CONTACTEN.

Let op: u beantwoordt deze vragen met betrekking tot het hersenletsel.

Zelfstandig zonder moeite Zelfstandig met moeite Met hulp Niet mogelijk Niet van toepassing



17. Ik kan een gesprek voeren in een prikkelrijke omgeving, zoals een verjaardag of een feestje.



18. Ik houd verjaardagen of familiebijeenkomsten vol qua mentale energie. Ik hoef hierbij geen extra rust of pauze te nemen.



19. Ik onthoud de namen van familieleden en vrienden die ik al langer ken.



20. Ik onderhoud contact en spreek af met mijn familie en vrienden.



21. Ik maak afspraken binnen mijn woonomgeving, bijvoorbeeld met de apotheek, huisarts of kapper.



AANVULLINGEN:

Hoe vermoeiend is het contact met familie, vrienden en woonomgeving voor u?

niet vermoeiend

zeer vermoeiend

Rol in uw gezin

HIERONDER VALT HET GEZINSLEVEN, HET CONTACT MET UW GEZINSLEDEN ETC.

Let op: u beantwoordt deze vragen met betrekking tot het hersenletsel.

Zelfstandig
zonder moeite

Zelfstandig
met moeite

Met hulp

Niet mogelijk

Niet van
toepassing



22. Ik organiseer activiteiten en uitjes binnen mijn gezin.



23. Ik onthoud welke gebeurtenissen en gesprekken er binnen mijn gezin hebben plaatsgevonden.



24. Ik neem actief deel aan de dagelijkse gang van zaken binnen mijn gezin.



AANVULLINGEN:

Hoe vermoeiend is het deelnemen aan het gezinsleven voor u?

niet
vermoeiend

zeer
vermoeiend

Medicijngebruik

HIERONDER VALT HET DAGELIJKS GEBRUIK VAN MEDICATIE.

Let op: u beantwoordt deze vragen met betrekking tot het hersenletsel.

Zelfstandig
zonder moeite

Zelfstandig
met moeite

Met hulp

Niet mogelijk

Niet van
toepassing



25. Ik plan wanneer ik een herhaalrecept nodig heb voor mijn medicijnen en wanneer deze opgehaald moeten worden.



26. Ik onthoud dat ik mijn medicijnen in moet nemen.



27. Ik neem mijn medicijnen in op vaste tijdstippen.



AANVULLINGEN:

Hoe vermoeiend is medicijngebruik voor u?

niet
vermoeiend

zeer
vermoeiend

Geldzaken

HIERONDER VALT HET DOEN VAN DE FINACIËLE ADMINISTRATIE.

Zelfstandig
zonder moeite

Zelfstandig
met moeite

Met hulp

Niet mogelijk

Niet van
toepassing

Let op: u beantwoordt deze vragen met
betrekking tot het hersenletsel.



28. Ik plan mijn inkomsten en uitgaven.
Hierbij ben ik mij bewust van hoeveel geld ik
te besteden heb.



29. Ik betaal de rekeningen op tijd. Wanneer
dit niet is gebeurd, betaal ik de
achterstallige rekeningen.



AANVULLINGEN:

Hoe vermoeiend is het regelen van geldzaken voor u?

niet
vermoeiend

zeer
vermoeiend

Boodschappen

HIERONDER VALT HET DOEN VAN DE HUISHOUDELIJKE BOODSCHAPPEN.

Zelfstandig
zonder moeite

Zelfstandig
met moeite

Met hulp

Niet mogelijk

Niet van
toepassing

Let op: u beantwoordt deze vragen met
betrekking tot het hersenletsel.



30. Ik plan wat er aan boodschappen
gedaan moet worden, bijvoorbeeld door
middel van een boodschappenlijstje.



31. Tijdens het doen van de
boodschappen onthoud ik welke
boodschappen ik wil kopen.



32. Tijdens het doen van boodschappen
vind ik de juiste boodschappen in de
supermarkt.



AANVULLINGEN:

Hoe vermoeiend is het doen van de boodschappen voor u?

niet
vermoeiend

zeer
vermoeiend

Koken

HIERONDER VALT DE VOORBEREIDING EN DE BEREIDING VAN DAGELIJKSE MAALTIJDEN.

Let op: u beantwoordt deze vragen met betrekking tot het hersenletsel.

Zelfstandig
zonder moeite

Zelfstandig
met moeite

Met hulp

Niet mogelijk

Niet van
toepassing



33. Ik controleer of de juiste ingrediënten aanwezig zijn voordat ik ga koken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34. Tijdens het koken laat ik mij niet afleiden door dingen die om mij heen gebeuren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35. Ik onthoud de volgorde van handelingen tijdens het koken van een bekend recept.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36. Ik zorg ervoor dat het eten tijdens het koken op de juiste temperatuur bereid wordt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37. Ik bepaal van tevoren hoeveel tijd het bereiden van het eten in beslag zal nemen, bij de uitvoering klopt dit ook.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
38. Ik kan meerdere activiteiten tegelijk doen, bijvoorbeeld tijdens het koken een gesprek voeren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

AANVULLINGEN:

Hoe vermoeiend is het koken voor u?

niet
vermoeiend

zeer
vermoeiend

DIT IS HET EINDE VAN DE VRAGENLIJST.

Deze vragenlijst is ontwikkeld door:



Kenniscentrum Revalidatiegeneeskunde Utrecht