

Algemene Toestand Lijst (ATL)

Hieronder vindt u een aantal problemen of toestanden, die mogelijk op u van toepassing zijn geweest in de afgelopen weken.

Wilt u telkens 1 van de opstaande streepjes achter het probleem omcirkelen?

	Nooit	Zelden	Soms	Vaak	Zeer vaak
1. Vermoeid gevoel	_____	_____	_____	_____	_____
2. Moe wakker worden	_____	_____	_____	_____	_____
3. Onrustig slapen	_____	_____	_____	_____	_____
4. Geen zin om iets te ondernemen	_____	_____	_____	_____	_____
5. Veel tijd nodig om bij te komen na lichaamsbeweging	_____	_____	_____	_____	_____
6. Een inspanning te kort kunnen volhouden	_____	_____	_____	_____	_____
7. De aandacht slecht bij een ding houden	_____	_____	_____	_____	_____
8. Gauw afgeleid zijn	_____	_____	_____	_____	_____
9. Drukte in het hoofd	_____	_____	_____	_____	_____
10. Onnodige fouten maken	_____	_____	_____	_____	_____
11. Tekort aan rust	_____	_____	_____	_____	_____
12. Moeite met ontspannen	_____	_____	_____	_____	_____
13. Geen energie om iets te ondernemen	_____	_____	_____	_____	_____
14. Prikkelbaar	_____	_____	_____	_____	_____
15. Moeite met lopen en bewegen	_____	_____	_____	_____	_____
16. Stijfheid van het lichaam	_____	_____	_____	_____	_____

Naam:

Leeftijd:

Man / Vrouw

Hoofdklacht:

Datum:.....

Moeilijk bewegen: 5, 6, 15, 16.

Vermoeid: 1, 2, 3, 11, 12

Mentale onrust: 7,8,10,14