

**Vielen Dank für die gewissenhafte Beantwortung der Fragen.
Nur so kann Ihre Ärztin Sie optimal behandeln.**

Name

Geb.-Datum

Datum

In den folgenden Fragen geht es um Tätigkeiten aus dem täglichen Leben. Bitte beantworten Sie jede Frage so, wie es für Sie im Moment (in Bezug auf die letzten 7 Tage) zutrifft und kreuzen Sie das entsprechende Feld an.

Ja Sie können die Tätigkeit ohne Schwierigkeiten ausführen.

Ja aber mit Mühe Sie haben dabei Schwierigkeiten, z. B. Schmerzen, es dauert länger als früher, oder Sie müssen sich dabei abstützen.

Nein oder nur mit fremder Hilfe Sie können es gar nicht oder nur, wenn eine andere Person Ihnen dabei hilft.

bitte entsprechenden Grad ankreuzen

	Ja	Ja, aber mit Mühe	Nein oder nur mit fremder Hilfe
Können Sie Brot streichen?	2	1	0
Können Sie aus einem normal hohen Bett aufstehen?	2	1	0
Können Sie mit der Hand schreiben (mindestens eine Postkarte)?	2	1	0
Können Sie Wasserhähne auf und zu drehen?	2	1	0
Können Sie sich strecken, um z. B. ein Buch von einem hohen Regal oder Schrank zu holen?	2	1	0
Können Sie einen mindestens 10 kg schweren Gegenstand (z. B. einen vollen Wassereimer oder Koffer) hochheben und 10 Meter weit tragen?	2	1	0
Können Sie sich von Kopf bis Fuß waschen und abtrocknen?	2	1	0
Können Sie sich bücken und einen leichten Gegenstand (z. B. ein Geldstück oder zerknülltes Papier) vom Fußboden aufheben?	2	1	0
Können Sie sich über einem Waschbecken die Haare waschen?	2	1	0
Können Sie 1 Stunde auf einem ungepolsterten Stuhl sitzen?	2	1	0

Seite 1 von 2

Name	Geb.-Datum	Datum		
		Ja	Ja, aber mit Mühe	Nein oder nur mit fremder Hilfe
Können Sie 30 Minuten ohne Unterbrechung stehen (z. B. in einer Warteschlange)?		2	1	0
Können Sie sich im Bett aus der Rückenlage aufsetzen?		2	1	0
Können Sie Strümpfe an- und ausziehen?		2	1	0
Können Sie im Sitzen einen kleinen heruntergefallenen Gegenstand (z. B. eine Münze) neben Ihrem Stuhl aufheben?		2	1	0
Können Sie einen schweren Gegenstand (z. B. einen gefüllten Kasten Mineralwasser) vom Boden auf den Tisch stellen?		2	1	0
Können Sie sich einen Wintermantel an- und ausziehen?		2	1	0
Können Sie ca. 100 Meter schnell laufen (nicht gehen), etwa um einen Bus zu erreichen?		2	1	0
Können Sie öffentliche Verkehrsmittel (Bus, Bahn usw.) benutzen?		2	1	0

Gesamtpunktzahl

Auswertung
durch die
Ärztin

Berechnung des FFbH:

Funktionskapazität (%) =

Erreichte Gesamtpunktzahl x 100
2 x Anzahl der gültigen Antworten

=