



De SNN Schouder Screening vragenlijst (3S vragenlijst)

Auteurs: Gerard Koel, Karin Hekman, Paul van der Tas.

De 3S vragenlijst wordt gebruikt om patiënten met schouderpijn die in de eerste lijn worden behandeld, te screenen op verschillende factoren die de mate van schouderpijn bepalen.

Op die wijze wordt de analyse naar oorzaken voor de schouderpijn ondersteund om te komen tot een passend behandelplan.

Naam: _____ Datum: _____

Lees alstublieft de stelling en kruis het vakje aan dat het best past bij uw huidige schouderpijn. Per stelling kiest u één vakje. Het is de bedoeling dat u bij het invullen van de lijst rekening houdt met uw schouderpijn in de **laatste twee weken** (of als u korter dan 2 weken last heeft, sinds het begin van uw schouderpijn).

- | | Eens | Oneens | | |
|--|------------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|
| 1 Ondanks mijn schouderpijn, slaap ik 's nachts normaal. Mijn slaap wordt niet negatief beïnvloed door mijn SP. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |
| 2 Naast pijn rond de schouder en in de bovenarm, heb ik de laatste 2 weken ook uitstralende pijn of tintelingen in mijn onderarm. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |
| 3 Ondanks mijn schouderpijn kan ik onderhands, met twee handen, best een gewicht van ongeveer 10 kilo (kratje bier) optillen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |
| 4 Naast pijn aan mijn aangedane zijde, heb ik de laatste 2 weken ook pijn tussen de schouderbladen en aan de andere schouder. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |
| 5 Ondanks mijn schouderpijn kan ik met mijn 'aangedane' arm op normale wijze een deur open en dicht doen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |
| 6 Ik merk dat ik vanwege mijn schouderpijn vaker somber ben en minder van mijn leven geniet dan normaal. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |
| 7 Ik ervaar mijn huidige schouderpijn als erg vervelend maar heb er vertrouwen in dat, met fysiotherapie, die pijn sterk gaat afnemen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |
| 8 Vanwege mijn schouderpijn is het af te raden om mijn 'aangedane' arm actief te gebruiken. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |
| 9 Als het nodig is om oefeningen voor pijnlijke schouder uit te voeren, ben ik in staat dat programma uit te voeren. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |
| 10 Over het geheel genomen, hoe hinderlijk was uw schouderpijn de laatste 2 weken? | | | | |
| <i>In het geheel niet hinderlijk</i> | <i>Een beetje hinderlijk</i> | <i>Matig hinderlijk</i> | <i>Erg hinderlijk</i> | <i>Extreem hinderlijk</i> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

3S totaal score:	Opvallende sub-score(s):
Beleid:	