

## Vragenlijst osteoporose (botontkalking)

Neem het ingevulde formulier mee naar de afspraak

### 1. Heeft u ooit een botbreuk gehad? Zo ja, wanneer en wat voor breuk was het?

- Ja;.....
- Nee

### 2. Heeft u rugpijn? Zo ja, wat voor klachten heeft u?

- Ja;.....
- Nee

### 3. Bent u in de afgelopen jaren kleiner geworden? Zo ja, hoeveel centimeter?

- Ja; .....
- Nee

### 4. Heeft één van uw ouders ooit zijn/haar heup gebroken?

- Ja; .....
- Nee

### 5. Kruis aan als bij u het geval is:

- Ik ben in het afgelopen jaar 2 keer of vaker gevallen
- Ik kan minder goed bewegen
- Ik heb angst om te vallen
- Ik gebruik medicijnen die mij suf of duizelig maken
- Ik gebruik meer dan 5 medicijnen per dag
- Ik zie niet zo goed
- Ik ben last van urineverlies
- Ik heb geheugenproblemen

### 6. Hoeveel stuks zuivel drinkt of eet u per dag? (melk, vla, portie kaas etc) ..... stuks per dag

### 7. Gebruikt u vitamine D? Zo ja, hoeveel?

- Ja; ..... per dag / week (*doorhalen wat niet van toepassing is*)
- Nee

### 8. Rookt u? Zo ja, hoeveel?

- Ja; ..... per dag
- Nee

### 9. Drinkt u? Zo ja, hoeveel?

- Ja; ..... per dag / week (*doorhalen wat niet van toepassing is*)
- Nee