

# ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

## RSI VAN DE BOVENSTE LEDEMATEN

Analist: ..... Datum: .....

1. Bedrijf: .....

2. Werkplek: .....

3. Volgnummer: .....

### ALGEMENE KENMERKEN

4. Leeftijd: ..... (jaar)
5. Gewicht: ..... (kg)
6. Lengte: ..... (cm)
7. Geslacht : man<sup>0</sup> vrouw<sup>1</sup>
8. Bent u linkshandig<sup>0</sup> rechtshandig<sup>1</sup>
9. Rookt u? NEEN<sup>0</sup> VROEGER<sup>1</sup> JA<sup>2</sup>  
(meer dan 6 maanden geleden gestopt)
10. Doet u aan sport (min. 1x/week): NEEN<sup>0</sup> JA<sup>1</sup>
11. Zo JA, beoefent u een sport waarbij u vooral uw armen gebruikt (raketsporten, ...):  
NEEN<sup>0</sup> <1 x/week<sup>1</sup> ≥ 1 x/week<sup>2</sup>
12. Beoefent u hobby's of vrijetijdsactiviteiten die een lichamelijke inspanning vergen (knutselen, verbouwen, tuinieren, breien, haken, huishoudelijk werk, ...)  
helemaal niet<sup>0</sup> < 5 uur/week<sup>1</sup> > 5 uur/week<sup>2</sup>

### MEDISCHE VOORGESCHIEDENIS

#### Gedurende de voorbije 12 maanden:

13. Hoe vond u uw gezondheid uitstekend<sup>0</sup> goed<sup>1</sup> middelmatig<sup>2</sup> slecht<sup>3</sup>
14. Had u een ziekte of gezondheidsproblemen waarvoor u regelmatig medicijnen moest nemen? NEEN<sup>0</sup> JA<sup>1</sup>
15. Raadpleegde u een geneesheer of een psycholoog voor depressie? NEEN<sup>0</sup> JA<sup>1</sup>
16. Bent u de voorbije 12 maanden afwezig geweest? NEEN<sup>0</sup> JA<sup>1</sup>  
Indien JA, om welke reden? .....
17. Bent u onderhevig aan hormonale schommelingen/problemen? (enkel voor vrouwen; bijvoorbeeld menopauze, zwangerschap, gynaecologische ingreep) NEEN<sup>0</sup> JA<sup>1</sup>
18. Heeft u tijdens het werk of erbuiten ooit een ongeluk gehad aan de bovenste ledematen?  
NEEN<sup>0</sup> JA<sup>1</sup>  
Indien JA, van welke aard: .....

## ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

Heeft u reeds problemen (pijn, ongemak) gehad ter hoogte van de NEK?

- |     |                                  |                   |                 |
|-----|----------------------------------|-------------------|-----------------|
| 19. | gedurende de voorbije 12 maanden | NEEN <sup>0</sup> | JA <sup>1</sup> |
| 20. | gedurende de voorbije 7 dagen    | NEEN <sup>0</sup> | JA <sup>1</sup> |

Indien JA gedurende de voorbije 12 maanden:

- |     |                                  |                                      |   |                            |
|-----|----------------------------------|--------------------------------------|---|----------------------------|
| 21. | <i>intensiteit van de hinder</i> | een beetje pijnlijk <sup>1</sup>     | nogal pijnlijk <sup>2</sup>               | zeer pijnlijk <sup>3</sup> |
| 22. | <i>duur van de hinder</i>        | verdwijnt <sup>1</sup><br>na ± 2 uur | verdwijnt <sup>2</sup><br>de volgende dag | blijft langer <sup>3</sup> |
| 23. | <i>frequentie van de hinder</i>  | <1 keer per week <sup>1</sup>        | >1 keer per week <sup>2</sup>             |                            |
| 24. | <i>aard van de hinder</i>        | .....                                |   |                            |

Heeft u reeds problemen (pijn, ongemak) gehad ter hoogte van de SCHOULDERS ?

- |     |                                  |                 |                   |                 |
|-----|----------------------------------|-----------------|-------------------|-----------------|
| 25. | gedurende de voorbije 12 maanden | rechterschouder | NEEN <sup>0</sup> | JA <sup>1</sup> |
| 26. |                                  | linkerschouder  | NEEN <sup>0</sup> | JA <sup>1</sup> |
| 27. | gedurende de voorbije 7 dagen    | rechterschouder | NEEN <sup>0</sup> | JA <sup>1</sup> |
| 28. |                                  | linkerschouder  | NEEN <sup>0</sup> | JA <sup>1</sup> |

Indien JA gedurende de voorbije 12 maanden:

- |     |                                  |         |                                      |   |                            |
|-----|----------------------------------|---------|--------------------------------------|---|----------------------------|
| 29. | <i>intensiteit van de hinder</i> | rechts  | een beetje pijnlijk <sup>1</sup>     | nogal pijnlijk <sup>2</sup>               | zeer pijnlijk <sup>3</sup> |
| 30. |                                  | links   | een beetje pijnlijk <sup>1</sup>     | nogal pijnlijk <sup>2</sup>               | zeer pijnlijk <sup>3</sup> |
| 31. | <i>duur van de hinder</i>        | rechts  | verdwijnt <sup>1</sup><br>na ± 2 uur | verdwijnt <sup>2</sup><br>de volgende dag | blijft langer <sup>3</sup> |
| 32. |                                  | links   | verdwijnt <sup>1</sup><br>na ± 2 uur | verdwijnt <sup>2</sup><br>de volgende dag | blijft langer <sup>3</sup> |
| 33. | <i>frequentie van de hinder</i>  | rechts  | <1 keer per week <sup>1</sup>        | >1 keer per week <sup>2</sup>             |                            |
| 34. |                                  | links   | <1 keer per week <sup>1</sup>        | >1 keer per week <sup>2</sup>             |                            |
| 35. | <i>aard van de hinder</i>        | rechts: | .....                                |   |                            |
| 36. |                                  | links:  | .....                                |   |                            |

Heeft u reeds problemen (pijn, ongemak) gehad ter hoogte van de ELLEBOGEN ?

- |     |                                  |                 |                   |                 |
|-----|----------------------------------|-----------------|-------------------|-----------------|
| 37. | gedurende de voorbije 12 maanden | rechterelleboog | NEEN <sup>0</sup> | JA <sup>1</sup> |
| 38. |                                  | linkerelleboog  | NEEN <sup>0</sup> | JA <sup>1</sup> |
| 39. | gedurende de voorbije 7 dagen    | rechterelleboog | NEEN <sup>0</sup> | JA <sup>1</sup> |
| 40. |                                  | linkerelleboog  | NEEN <sup>0</sup> | JA <sup>1</sup> |

Indien JA gedurende de voorbije 12 maanden:

- |     |                                  |         |                                      |   |                            |
|-----|----------------------------------|---------|--------------------------------------|---|----------------------------|
| 41. | <i>intensiteit van de hinder</i> | rechts  | een beetje pijnlijk <sup>1</sup>     | nogal pijnlijk <sup>2</sup>               | zeer pijnlijk <sup>3</sup> |
| 42. |                                  | links   | een beetje pijnlijk <sup>1</sup>     | nogal pijnlijk <sup>2</sup>               | zeer pijnlijk <sup>3</sup> |
| 43. | <i>duur van de hinder</i>        | rechts  | verdwijnt <sup>1</sup><br>na ± 2 uur | verdwijnt <sup>2</sup><br>de volgende dag | blijft langer <sup>3</sup> |
| 44. |                                  | links   | verdwijnt <sup>1</sup><br>na ± 2 uur | verdwijnt <sup>2</sup><br>de volgende dag | blijft langer <sup>3</sup> |
| 45. | <i>frequentie van de hinder</i>  | rechts  | <1 keer per week <sup>1</sup>        | >1 keer per week <sup>2</sup>             |                            |
| 46. |                                  | links   | <1 keer per week <sup>1</sup>        | >1 keer per week <sup>2</sup>             |                            |
| 47. | <i>aard van de hinder</i>        | rechts: | .....                                |   |                            |
| 48. |                                  | links:  | .....                                |   |                            |

## ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

Heeft u reeds problemen (pijn, ongemak, tintelingen, hinder) gehad ter hoogte van de POLSEN/HANDEN?					
49.	gedurende de voorbije 12 maanden	rechterpols	NEEN <sup>0</sup>	JA <sup>1</sup>	
50.		linkerpols	NEEN <sup>0</sup>	JA <sup>1</sup>	
51.	gedurende de voorbije 7 dagen	rechterpols	NEEN <sup>0</sup>	JA <sup>1</sup>	
52.		linkerpols	NEEN <sup>0</sup>	JA <sup>1</sup>	
Indien JA gedurende:					
53.	<i>intensiteit van de hinder</i>	rechts	een beetje pijnlijk <sup>1</sup>	nogal pijnlijk <sup>2</sup>	zeer pijnlijk <sup>3</sup>
54.		links	een beetje pijnlijk <sup>1</sup>	nogal pijnlijk <sup>2</sup>	zeer pijnlijk <sup>3</sup>
55.	<i>duur van de hinder</i>	rechts	verdwijnt <sup>1</sup> na ± 2 uur	verdwijnt <sup>2</sup> de volgende dag	blijft langer <sup>3</sup>
56.		links	verdwijnt <sup>1</sup> na ± 2 uur	verdwijnt <sup>2</sup> de volgende dag	blijft langer
57.	<i>frequentie van de hinder</i>	rechts	<1 keer per week <sup>1</sup>	>1 keer per week <sup>2</sup>	
58.		links	<1 keer per week <sup>1</sup>	>1 keer per week <sup>2</sup>	
59.	<i>aard van de hinder</i>	rechts:	.....		
60.		links:	.....		
Heeft u reeds problemen (pijn, ongemak) gehad ter hoogte van de LAGE RUG ?					
61.	gedurende de voorbije 12 maanden		NEEN <sup>0</sup>	JA <sup>1</sup>	
62.	gedurende de voorbije 7 dagen		NEEN <sup>0</sup>	JA <sup>1</sup>	
<b>SOMATISCHE KLACHTEN</b>					
		Æ zelden of nooit	☺ soms (1 x /maand)	☹ vaak (1 x /week)	☹☹ altijd (meer- maals/week)
63.	Heeft u hoofdpijn?	1	2	3	4
64.	Is uw polsslag te snel of onregelmatig?	1	2	3	4
65.	Bent u duizelig?	1	2	3	4
66.	Bent u misselijk?	1	2	3	4
67.	Voelt u pijn in de borst, druk of een gewicht op de borst ?	1	2	3	4
68.	Heeft u maagpijn?	1	2	3	4
69.	Heeft u slaapstoornissen?	1	2	3	4
70.	Voelt u zich abnormaal vermoeid, zelfs na een goede nachtrust?	1	2	3	4
<b>HUIDIGE WERKPLEK</b>					
71.	Hoe lang werkt u al in het bedrijf?				..... jaar
72.	Hoe lang werkt u al op uw huidige werkplek?				..... jaar
Vergt uw arbeid gewoonlijk					
73.	hefinspanningen?	geen <sup>1</sup>	lichte <sup>2</sup>	matige <sup>3</sup>	zware <sup>4</sup>
74.	inspanningen van de polsen/handen?	geen <sup>1</sup>	lichte <sup>2</sup>	matige <sup>3</sup>	zware <sup>4</sup>
75.	statische inspanningen van de armen?	geen <sup>1</sup>	lichte <sup>2</sup>	matige <sup>3</sup>	zware <sup>4</sup>
Vergt uw arbeid					
76.	herhaalde identieke bewegingen?	nooit <sup>1</sup>	soms <sup>2</sup>	vaak <sup>3</sup>	altijd <sup>4</sup>
77.	het gebruik van trillende werktuigen?	nooit <sup>1</sup>	soms <sup>2</sup>	vaak <sup>3</sup>	altijd <sup>4</sup>
78.	oncomfortabele houdingen van de armen?	nooit <sup>1</sup>	soms <sup>2</sup>	vaak <sup>3</sup>	altijd <sup>4</sup>
79.	Voelt u aan het einde van de werkdag een ernstige vermoeidheid ter hoogte van de polsen/handen als gevolg van uw werk?	NEEN <sup>0</sup>	<1x/week <sup>1</sup>	>1x/week <sup>2</sup>	

## ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

### VORIGE WERKPLEKKEN

80. Welke waren uw vorige werkplekken?

1. ....	duur:	.....	jaren
2. ....	duur:	.....	jaren
3. ....	duur:	.....	jaren
4. ....	duur:	.....	jaren

Vergde uw arbeid gewoonlijk

81. hefinspanningen?	geen <sup>1</sup>	lichte <sup>2</sup>	matige <sup>3</sup>	zware <sup>4</sup>
82. inspanningen van de polsen/handen?	geen <sup>1</sup>	lichte <sup>2</sup>	matige <sup>3</sup>	zware <sup>4</sup>
83. statische inspanningen van de armen?	geen <sup>1</sup>	lichte <sup>2</sup>	matige <sup>3</sup>	zware <sup>4</sup>

Vergde uw arbeid

84. herhaalde identieke bewegingen?	nooit <sup>1</sup>	soms <sup>2</sup>	vaak <sup>3</sup>	altijd <sup>4</sup>
85. het gebruik van trillende werktuigen?	nooit <sup>1</sup>	soms <sup>2</sup>	vaak <sup>3</sup>	altijd <sup>4</sup>
86. oncomfortabele houdingen van de armen?	nooit <sup>1</sup>	soms <sup>2</sup>	vaak <sup>3</sup>	altijd <sup>4</sup>

87. Voelde u aan het einde van de werkdag een ernstige vermoeidheid ter hoogte van de polsen/handen als gevolg van uw werk?

NEEN<sup>0</sup>    <1x/week<sup>1</sup>    >1x/week<sup>2</sup>

### MAXIMALE GRIJPKRACHT

	Poging 1	Poging 2	Poging 3	Gemiddelde (kg)
88. VMK rechts				
89. VMK links				

### MAXIMALE HOEKBEWEGING

RECHTERPOLS	Graden	LINKERPOLS	Graden
90. ulnaire deviatie		91. ulnaire deviatie	
92. radiale deviatie		93. radiale deviatie	
94. extensie		95. extensie	
96. flexie		97. flexie	

### WAARNEMING EN BEOORDELING ARBEIDSOMSTANDIGHEDEN

98. Moet u zich haasten om uw werk te doen?  
 Geen mening<sup>1</sup>    Helemaal niet<sup>2</sup>    Een beetje<sup>3</sup>    Vrij veel<sup>4</sup>    Veel<sup>5</sup>

99. Hoe bevalt u dat?  
 1 = ☹☹    2 = ☹    3 = ☹☺    4 = ☺    5 = ☺☺

100. Mag u even stoppen en pauzeren wanneer u dat wenst (buiten de voorziene pauzes)?  
 Geen mening<sup>1</sup>    Helemaal niet<sup>2</sup>    Een beetje<sup>3</sup>    Vrij veel<sup>4</sup>    Veel<sup>5</sup>

101. Hoe bevalt u dat?  
 1 = ☹☹    2 = ☹    3 = ☹☺    4 = ☺    5 = ☺☺

102. Maakt u overuren?  
 Geen mening<sup>1</sup>    Helemaal niet<sup>2</sup>    Een beetje<sup>3</sup>    Vrij veel<sup>4</sup>    Veel<sup>5</sup>

103. Hoe bevalt u dat?  
 1 = ☹☹    2 = ☹    3 = ☹☺    4 = ☺    5 = ☺☺

## ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

104. Werkt u geïsoleerd op uw werkplek (zonder collega's in de buurt of zonder dat u met hen kan praten door het lawaai of om andere redenen)?

Geen mening<sup>1</sup> Helemaal niet<sup>2</sup> Een beetje<sup>3</sup> Vrij veel<sup>4</sup> Veel<sup>5</sup>

105. Hoe bevalt u dat?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

106. Helpen u en uw collega's elkaar bij het werk?

Geen mening<sup>1</sup> Helemaal niet<sup>2</sup> Een beetje<sup>3</sup> Vrij veel<sup>4</sup> Veel<sup>5</sup>

107. Hoe bevalt u dat?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

108. Zijn er problemen met het gereedschap, de machines of het softwareprogramma (pannes, fabricagefouten)?

Geen mening<sup>1</sup> Helemaal niet<sup>2</sup> Een beetje<sup>3</sup> Vrij veel<sup>4</sup> Veel<sup>5</sup>

109. Hoe bevalt u dat?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

110. Is uw werk monotoon (steeds routinehandelingen)?

Geen mening<sup>1</sup> Helemaal niet<sup>2</sup> Een beetje<sup>3</sup> Vrij veel<sup>4</sup> Veel<sup>5</sup>

111. Hoe bevalt u dat?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

112. Bent u autonoom (zelfstandig, vrij) in uw werk?

Geen mening<sup>1</sup> Helemaal niet<sup>2</sup> Een beetje<sup>3</sup> Vrij veel<sup>4</sup> Veel<sup>5</sup>

113. Hoe bevalt u dat?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

114. Is uw werk fysiek vermoeiend?

Geen mening<sup>1</sup> Helemaal niet<sup>2</sup> Een beetje<sup>3</sup> Vrij veel<sup>4</sup> Veel<sup>5</sup>

115. Hoe bevalt u dat?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

116. Is uw werk mentaal vermoeiend (vraagt het veel aandacht, concentratie)?

Geen mening<sup>1</sup> Helemaal niet<sup>2</sup> Een beetje<sup>3</sup> Vrij veel<sup>4</sup> Veel<sup>5</sup>

117. Hoe bevalt u dat?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

118. Is uw baan bedreigd om economische redenen? (werkzekerheid)

Geen mening<sup>1</sup> Helemaal niet<sup>2</sup> Een beetje<sup>3</sup> Vrij veel<sup>4</sup> Veel<sup>5</sup>

119. Hoe bevalt u dat?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

120. Als u fouten maakt, kan dat dan grote gevolgen hebben: stopzetten van de productie, definitief afkeuren van een product, zware problemen voor machines of mensen?

Geen mening<sup>1</sup> Helemaal niet<sup>2</sup> Een beetje<sup>3</sup> Vrij veel<sup>4</sup> Veel<sup>5</sup>

121. Hoe bevalt u dat?

1 = ☹☹ 2 = ☹ 3 = ☹ 4 = ☺ 5 = ☺☺

## ERGOROM - Enquête: LANGE vragenlijst

122. Wordt uw werk gecontroleerd?

Geen mening<sup>1</sup> Helemaal niet<sup>2</sup> Een beetje<sup>3</sup> Vrij veel<sup>4</sup> Veel<sup>5</sup>

123. Hoe bevalt u dat?

1 = ☹☹      2 = ☹      3 = ☹      4 = ☺      5 = ☺☺

124. Bevalt uw relatie (verstandhouding) met uw collega's u?

1 = ☹☹      2 = ☹      3 = ☹      4 = ☺      5 = ☺☺

125. Bevalt uw relatie met uw oversten u?

1 = ☹☹      2 = ☹      3 = ☹      4 = ☺      5 = ☺☺

126. Bent u tevreden over uw huidige job?

1 = ☹☹      2 = ☹      3 = ☹      4 = ☺      5 = ☺☺

127. Bent u gespannen?

1 = ☹☹      2 = ☹      3 = ☹      4 = ☺      5 = ☺☺

128. Bent u gestresseerd?

1 = ☹☹      2 = ☹      3 = ☹      4 = ☺      5 = ☺☺