

12. Opvolgconsultatie – MHAQ

Dossiernr. :

Tijdens elke consultatie het of de objectieven van de vorige consultatie evalueren om de voedingsaanpak bij te sturen.

Antropometrische gegevens :

- morfologie : mager - normale - dik
- gewicht : kg
- lengte : cm
- middelwijdte (taille-omtrek) : cm
- buikomtrek (navel) : cm
- heupomtrek : cm
- huidplooiën : cm
- armomtrek : cm
- BMI :
- verhouding taille-omtrek / heupomtrek :
- bepaling van de lichaamssamenstelling : % VG, % water
- bepaling van het % huidvet thv :
 - arm :
 - thorax :
 - rug :
 - bil :
 - heup :
- tong : witte - zwarte - helrode aanslag/uitzicht

Biologische voedingsgegevens : exploitatie van nutritionele markers : zie "Nutribalans".

Evaluatie van het energieverbruik man / vrouw : zie hoger.

Indien nodig : aanpassing van het zuur-base profiel, bionutritioneel profiel, vetzuurprofiel, PG-TX-LT profiel, stress-profiel, proteïne-profiel, psychisch profiel, aëroob bloedprofiel, ...

Om de algemene vooruitgang op 5 bepaalde gezondheidsdomeinen bij de patiënt te kunnen bepalen tussen 2 bezoeken in wordt het gebruik een gevalideerde tool aanbevolen (MHAQ, the "Modified Health Assessment Questionnaire") :

13. MHAQ

Dossiernr. :.....

Formulier met 5 te beantwoorden vragen dat de patiënt rustig in de wachtzaal kan invullen, telkens hij/zij op consultatie komt. De test verschaft objectieve en meetbare gegevens met betrekking tot de ervaren symptomen, waardoor een vergelijking mogelijk is en de vooruitgang maand per maand kan geëvalueerd worden.

--	--	--	--	--

1. Op gebied van **activiteit** : U bent in staat dagelijkse taken (opstaan, zich wassen, zich aankleden, zelf eten maken, gaan wandelen, een trap oplopen, aankopen dragen, in- uit een auto stappen, of een stoel verplaatsen, ...) :
 - 0 à 1 = altijd, 2 = in de meeste gevallen, 3 = nogal dikwijls, 4 = weinig, 5 = helemaal niet
2. Op gebied van **pijn** : na de voorbije week/maand, waar plaatst U nu uw pijn op een schaal van 0 tot 100 ?
 - 0 = geen pijn meer, 100 = helse pijnen
3. Op gebied van **vermoeidheid** : na de voorbije week/maand, waar plaatst U nu uw vermoeidheid op een schaal van 0 tot 100 ?
 - 0 = geen enkele vermoeidheid meer, 100 = onverdraagbare vermoeidheid
4. Op gebied van **gezondheid** : na de voorbije week/maand, waar plaatst U nu uw gezondheidstoestand op een schaal van 0 tot 100 ?
 - 0 = geen enkel gezondheidsprobleem meer, 100 = heel ernstige gezondheidsproblemen
5. Op gebied van **slaap** : na de voorbije week/maand, waar plaatst U nu uw slaapkwaliteit op een schaal van 0 tot 10 ?
 - 0 = optimale slaapkwaliteit, 10 = vreselijke slaapkwaliteit