

Naam Geboorte datum:/...../..... Bezoek 1 datum:...../...../.....
 Email.....

Door patiënt zelf in te vullen

Astma Controle Test™

Omcirkel uw score voor elke vraag en schrijf dat getal in het vakje rechts van elke vraag.
 Beantwoord de vragen alstublieft zo eerlijk mogelijk.
 Dit zal u en uw dokter helpen bij de bespreking van hoe het werkelijk met uw astma gaat.

1. Hoe vaak heeft u door uw astma op het werk, op school of thuis minder kunnen doen dan normaal gedurende de afgelopen 4 weken? SCORE

De hele tijd	1	Meestal	2	Soms	3	Zelden	4	Nooit	5	
--------------	---	---------	---	------	---	--------	---	-------	---	--

2. Hoe vaak bent u kortademig geweest gedurende de afgelopen 4 weken?

Vaker dan 1 keer per dag	1	1 keer per dag	2	3 tot 6 keer per week	3	1 of 2 keer per week	4	Helemaal niet	5	
--------------------------	---	----------------	---	-----------------------	---	----------------------	---	---------------	---	--

3. Hoe vaak bent u 's nachts of 's morgens vroeger dan normaal wakker geworden door uw astmaklachten (piepen, hoesten, kortademigheid, een drukkend gevoel of pijn op de borst) gedurende de afgelopen 4 weken?

4 of meer nachten per week	1	2 tot 3 nachten per week	2	1 keer per week	3	1 of 2 keer	4	Helemaal niet	5	
----------------------------	---	--------------------------	---	-----------------	---	-------------	---	---------------	---	--

4. Hoe vaak heeft u uw inhalator (pufjes) met snelwerkende medicatie (zoals Ventolin® of Salbutamol) gebruikt om een astma-aanval te stoppen gedurende de afgelopen 4 weken?

3 keer of vaker per dag	1	1 of 2 keer per dag	2	2 of 3 keer per week	3	1 keer per week of minder	4	Helemaal niet	5	
-------------------------	---	---------------------	---	----------------------	---	---------------------------	---	---------------	---	--

5. Hoe beoordeelt u de mate waarin u uw astma onder controle had gedurende de afgelopen 4 weken?

Helemaal niet onder controle	1	Slecht onder controle	2	Enigszins onder controle	3	Goed onder controle	4	Volledig onder controle	5	
------------------------------	---	-----------------------	---	--------------------------	---	---------------------	---	-------------------------	---	--

Tel uw scores op om uw totaalscore te berekenen

Totaal

Deze test kan mensen met astma (12 jaar of ouder) helpen te beoordelen in hoeverre zij hun astma onder controle hebben.

Bij een totaal van minder dan 20 is het astma niet goed onder controle
 Is het totaal 20, 21, 22, 23 of 24 dan is het astma goed onder controle, maar er is géén volledige controle
 Wordt een totaal van 25 gehaald, dan is het astma volledig onder controle.