



Thinking outside your borders  
[www.thinkingoutsideyourborders.com](http://www.thinkingoutsideyourborders.com)  
MSQ score

**Naam van client:**

Datum:

Welkom bij het MSQ formulier. MSQ staat voor medical symptom questionnaire oftewel een lijst die uw medische symptomen bij houdt. Als wij ziek zijn hebben wij vaak een hele lijst met klachten. Op het moment dat wij ons beter voelen dan vergeten wij deze klachten vaak snel. Het is belangrijk om voor elk consult de MSQ score opnieuw in te vullen zodat wij de progressie aan de hand van de score kunnen meten. De reden dat wij hiervoor hebben gekozen is zodat het voor een ieder makkelijk bij te houden is wat de verloop van de klachten is. Daarnaast is een van de redenen dat dit formulier invullen gratis is in vergelijking met een test bij het lab. De MSQ score is onderdeel van het consult en zal hierin worden besproken.

Geef elk symptoom een cijfer op basis van jouw dagelijkse gezondheid in de afgelopen **14** dagen. De volgende cijfers kunnen worden gegeven:

- 0 – ik heb dit symptoom (bijna) nooit
- 1 – ik heb dit symptoom soms, het effect is **niet** ernstig
- 2 – ik heb dit symptoom soms, het effect is ernstig
- 3 – ik heb dit symptoom regelmatig, het effect is **niet** ernstig
- 4 – ik heb dit symptoom regelmatig, het effect is ernstig

## MSQ score

### Hoofd

\_\_\_\_\_ Hoofdpijn

\_\_\_\_\_ Flauw vallen

\_\_\_\_\_ Duizeligheid

\_\_\_\_\_ Slapeloosheid

**Totaal:**

### Ogen

\_\_\_\_\_ Waterige of jeukende ogen

\_\_\_\_\_ Gezwollen, rode of plakkerige oogleden

\_\_\_\_\_ Wallen of donkere kringen onder de ogen

\_\_\_\_\_ Wazig zicht of tunnelvisie

(Dit is niet inclusief verziendheid of bijziendheid)

**Totaal:**

### Oren

\_\_\_\_\_ Jeukende oren

\_\_\_\_\_ Oorpijn, oorontstekingen

\_\_\_\_\_ Afvoer uit het oor (vocht)

\_\_\_\_\_ Oorsuizen, gehoorverlies

**Totaal:**

## Neus

- \_\_\_\_\_ Verstopte neus
- \_\_\_\_\_ Sinus problemen
- \_\_\_\_\_ Hooikoorts
- \_\_\_\_\_ Nies aanvallen
- \_\_\_\_\_ Overmatige vorming van slijm

**Totaal:**

## Mond/Keel

- \_\_\_\_\_ Chronisch hoesten
- \_\_\_\_\_ Kokhalzen, frequente behoefte om keel te schrapen
- \_\_\_\_\_ Keelpijn, heesheid, stemverlies
- \_\_\_\_\_ Gezwollen of verkleurde tong, tandvlees, lippen
- \_\_\_\_\_ Aften

**Totaal:**

## Huid

- \_\_\_\_\_ Acne
- \_\_\_\_\_ Netelroos, huiduitslag, droge huid
- \_\_\_\_\_ Haar uitval
- \_\_\_\_\_ Blozen, opvliegers
- \_\_\_\_\_ Overmatig zweten

**Totaal:**

## Hart

\_\_\_\_\_ Onregelmatige of overgeslagen hartslag

\_\_\_\_\_ Snelle of bonzende hartslag

\_\_\_\_\_ Pijn op de borst

**Totaal:**

## Longen

\_\_\_\_\_ Congestie op de borst

\_\_\_\_\_ Asthma, bronchitis

\_\_\_\_\_ Kortademigheid

\_\_\_\_\_ Moeilijkheden met ademen

**Totaal:**

## Darm gezondheid

\_\_\_\_\_ Misselijkheid, overgeven

\_\_\_\_\_ Diarree

\_\_\_\_\_ Constipatie

\_\_\_\_\_ Opgeblazen gevoel

\_\_\_\_\_ Boeren, scheten laten

\_\_\_\_\_ Brandend maagzuur

\_\_\_\_\_ Intestinale / maagpijn

**Totaal:**

## Gewrichten/Spiere

\_\_\_\_\_ Gewrichtspijn

\_\_\_\_\_ Artritis

\_\_\_\_\_ Stijfheid

\_\_\_\_\_ Spierpijn

\_\_\_\_\_ Gevoel van zwakte of vermoeidheid

**Totaal:**

## Gewicht

\_\_\_\_\_ Eetbuien / drinken

\_\_\_\_\_ Verlangen naar bepaald voedsel

\_\_\_\_\_ Overgewicht

\_\_\_\_\_ Dwangmatig eten

\_\_\_\_\_ Water vasthouden

\_\_\_\_\_ Ondergewicht

**Totaal:**

## Energie/Activiteit

\_\_\_\_\_ Vermoeidheid, traagheid

\_\_\_\_\_ Apathie, lethargie

\_\_\_\_\_ Hyperactiviteit

\_\_\_\_\_ Rusteloosheid

**Totaal:**

## Gedachtes

- \_\_\_\_\_ Slecht geheugen
- \_\_\_\_\_ Verwarring, slecht bevattingsvermogen
- \_\_\_\_\_ Slecht concentratievermogen
- \_\_\_\_\_ Slechte fysieke coördinatie
- \_\_\_\_\_ Moeite bij het nemen van beslissingen
- \_\_\_\_\_ Stotteren
- \_\_\_\_\_ Onduidelijke spraak
- \_\_\_\_\_ Leer problemen

**Totaal:**

## Emoties

- \_\_\_\_\_ Stemningswisselingen
- \_\_\_\_\_ Angst, nervositeit
- \_\_\_\_\_ Woede, prikkelbaarheid, agressiviteit
- \_\_\_\_\_ Depressie

**Totaal:**

## Overige

- \_\_\_\_\_ Frequente ziekte
- \_\_\_\_\_ Vaak of dringend plassen
- \_\_\_\_\_ Genitale jeuk of afscheiding

**Totaal:**

**Totaal score op alle vragen:**