

MRC-schaal¹

Bent u wel eens kortademig? Zo ja, welke van de onderstaande uitspraken is voor u het meest van toepassing?

- 1) Ik heb geen last van kortademigheid. (score 0)
- 2) Ik word alleen kortademig bij zware inspanning. (score 1)
- 3) Ik word alleen kortademig als ik me moet haasten op vlak terrein of als ik tegen een lichte helling oploop. (score 2)
- 4) Door mijn kortademigheid loop ik op vlak terrein langzamer dan andere mensen van mijn leeftijd, of moet ik stoppen om op adem te komen als ik mijn eigen tempo loop. (score 3)
- 5) Na ongeveer 100 meter lopen op vlak terrein moet ik na een paar minuten stoppen om op adem te komen. (score 4)
- 6) Ik ben te kortademig om het huis uit te gaan, of ik ben kortademig tijdens het aan- of uitkleden. (score 5)

¹ Bestall JC, Paul EA, Garrod R, Garnham R, Jones PW, Wedzicha JA. Usefulness of the Medical Research Council (MRC) dyspnoea scale as a measure of disability in patients with chronic obstructive pulmonary disease. *Thorax* 1999;54:581-586