

Funktionsfragebogen Hannover (FFbH-R)

In den folgenden zwölf Fragen geht es um Tätigkeiten aus dem täglichen Leben.

Bitte beantworten Sie jede Frage so, wie es für Sie **im Moment** (wir meinen in Bezug auf die letzten 7 Tage) zutrifft.

Sie haben **drei** Antwortmöglichkeiten:

- | | | |
|-----|-----------------------------------|---|
| [1] | „Nein oder nur mit fremder Hilfe“ | Sie können es gar nicht oder nur, wenn eine andere Person Ihnen dabei hilfsführen |
| [2] | „Ja, aber mit Mühe“ | Sie haben dabei Schwierigkeiten, z. B. Schmerzen, es dauert länger oder Sie müssen sich dabei abstützen |
| [3] | „Ja“ | Sie können die Tätigkeit ohne Schwierigkeit au |

Bitte beantworten Sie jede Frage		Nein oder nur mit fremder Hilfe	Ja, aber mit Mühe	Ja
1.	Können Sie sich strecken, um z. B. ein Buch von einem hohen Schrank oder Regal zu holen?	[1]	[2]	[3]
2.	Können Sie einen mindestens 10 kg schweren Gegenstand (z. B. vollen Wassereimer oder Koffer hochheben und 10 m weit tragen?	[1]	[2]	[3]
3.	Können Sie sich von Kopf bis Fuß waschen und abtrocknen?	[1]	[2]	[3]
4.	Können Sie sich bücken, um einen leichten Gegenstand (z. B. ein Geldstück oder zerknülltes Papier) vom Fußboden aufzuheben?	[1]	[2]	[3]
5.	Können Sie sich über einem Waschbecken die Haare waschen?	[1]	[2]	[3]
6.	Können Sie 1 Stunde auf einem ungepolsterten Stuhl sitzen?	[1]	[2]	[3]
7.	Können Sie 30 Minuten ohne Unterbrechung stehen (z. B. in einer Warteschlange)?	[1]	[2]	[3]
8.	Können Sie sich im Bett aus der Rückenlage aufsetzen?	[1]	[2]	[3]
9.	Können Sie Strümpfe an- und ausziehen?	[1]	[2]	[3]
10.	Können Sie im Sitzen einen kleinen heruntergefallenen Gegenstand (z. B. eine Münze) neben Ihrem Stuhl aufheben?	[1]	[2]	[3]
11.	Können Sie einen schweren Gegenstand (z. B. einen gefüllten Kasten Mineralwasser) vom Boden auf den Tisch stellen?	[1]	[2]	[3]
12.	Können Sie 100 m schnell laufen (nicht gehen), etwa um einen Bus noch zu erreichen?	[1]	[2]	[3]