

## MYMOP2

Volledige naam ..... Geboortedatum .....  
Adres en postcode .....  
Datum van vandaag ..... Arts/behandelaar .....

Schrijf a.u.b. 1 of 2 klachten (symptomen) waar u de meeste last van heeft hieronder op. Ook gevoelsmatige klachten kunt u opschrijven. Bedenk dan hoe erg elk symptoom de afgelopen week was. Zet a.u.b. een cirkel om het cijfer dat het beste daarbij past.

SYMPTOOM 1: .....	0	1	2	3	4	5	6
.....	Zo goed als						Zo slecht als
.....	maar kan						maar kan
SYMPTOOM 2: .....	0	1	2	3	4	5	6
.....	Zo goed als						Zo slecht als
.....	maar kan						maar kan

Noem nu een bezigheid die voor u belangrijk is, en die u hierdoor niet meer kunt doen of minder goed. Dat kan een lichamelijke of sociale bezigheid zijn, of iets waarbij u moet nadenken. Geef ook aan hoe erg het afgelopen week was.

BEZIGHEID: .....	0	1	2	3	4	5	6
.....	Zo goed als						Zo slecht als
.....	maar kan						maar kan

Tot slot: Hoe goed heeft u zich afgelopen week over het algemeen gevoeld? (uw welzijn)

	0	1	2	3	4	5	6
	Zo goed als						Zo slecht als
	maar kan						maar kan

Hoe lang heeft u al last van Symptoom 1 (af en toe of voortdurend)? Omcirkel a.u.b.

0 – 4 weken    4 – 12 weken    3 maanden – 1 jaar    1 – 5 jaar    langer dan 5 jaar

*Neemt u bepaalde medicijnen VOOR DIT PROBLEEM? Omcirkel het antwoord: JA/NEE*

**ALS U JA HEEFT GEANTWOORD:**

1. Welke medicijnen, en hoeveel per dag of per week?

2. Vindt u het minderen van deze medicijnen...

*Niet belangrijk    enigszins belangrijk    heel belangrijk    niet van toepassing*

**ALS U NEE HEEFT GEANTWOORD:**

Vindt u het belangrijk om te voorkomen dat u hiervoor medicijnen moet gebruiken?

*Niet belangrijk    enigszins belangrijk    heel belangrijk    niet van toepassing*

## MYMOP: instructies voor toepassing en score-berekening

### Toepassing

MYMOP is een vragenlijst die door de patiënt zelf naar eigen inzicht wordt ingevuld. Het is daarom van het grootste belang dat de **patiënt zelf beslist** welk symptoom (welke symptomen) wordt gemeten, en dat hij de ernst ervan ook zelf beoordeelt. Veel mensen zullen echter wel enige begeleiding nodig hebben.

1. Het eerste MYMOP formulier m.b.t. een bepaald probleem wordt meestal op consult ingevuld. Het kan ook ervoor of erna met behulp van iemand anders worden ingevuld. Maar het doel van deze vragenlijst om het consult meer patiënt-gericht te maken, kan dan verloren gaan.
2. Vraag de patiënt om het symptoom te noemen dat voor hem het belangrijkste is, en waarvoor hij hulp of behandeling heeft gezocht. Sommige mensen zullen niet weten wat 'symptoom' betekent. Moedig hen aan om hun eigen woorden te gebruiken. Als ze er niet uitkomen, herhaal dan wat zij tijdens het consult tegen u hebben gezegd. Geef daarbij geen interpretatie van hun woorden, zeg het niet in uw eigen woorden of uw diagnose. Laat hen bijvoorbeeld kiezen voor 'pijn in het gezicht' en niet voor 'sinusitis'.  
  
Ze mogen telkens maar één symptoom beschrijven. Dus niet: 'pijn en tintelen in de arm'. Ze kunnen 'pijn in de arm' kiezen als symptoom 1 en 'tintelen in de arm' als symptoom 2. Als ze hun keuze hebben gemaakt kunt u het voor hen invullen.
3. Symptoom 2 hoeft niet te worden ingevuld, maar moedig het wel aan. Het moet in de beleving van de patiënt deel uitmaken van hetzelfde probleem als symptoom 1.
4. Bezigheid hoeft niet te worden ingevuld, maar moedig het wel aan. Ze kiezen een dagelijkse bezigheid die door symptomen 1 en 2 onmogelijk wordt gemaakt of bemoeilijkt. Dit moet ook weer iets zijn dat voor de patiënt belangrijk is. Zeg ook dat het niet geeft als het iets is dat anderen misschien minder belangrijk kunnen vinden: zoals bijvoorbeeld haren kammen of met plezier uit eten gaan.
5. U kunt deze keuzes voor hen invullen. Vraag hun dan om aan te geven hoe erg het de afgelopen week was, op een schaal van 0 tot 6, met 6 als 'zo slecht als maar kan'. Geef hun de pen en vraag om het cijfer van hun keuze te omcirkelen.
6. Laat hen dan de vraag beantwoorden over hun welzijn. Als die niet wordt begrepen, kunt u dit toelichten met 'hoe voelt u zich?'.
7. Vervolgformulieren kunnen met willekeurige tussenpozen worden ingevuld, en ze kunnen per post worden verzonden of bij een volgend bezoek worden ingevuld. Voordat de patiënt zijn score invult, moeten precies dezelfde omschrijvingen van symptoom 1, symptoom 2 en bezigheid als in MYMOP 2 zijn ingevuld. Symptoom 3 hoeft niet te worden ingevuld, en wordt alleen toegevoegd als het iets is dat voor de patiënt van belang is. De patiënt kan het zelf invullen en de ernst aangeven.
8. De score varieert van 0 tot 6 voor symptoom 1 en welzijn, en indien ingevuld ook voor symptoom 2, bezigheid en symptoom 3. Er kan ook een MYMOP profielscore worden berekend,

dat is het gemiddelde van alle gemarkeerde schalen. Wanneer bijvoorbeeld alleen symptoom 1 en welzijn ingevuld zijn, worden die scores opgeteld en door twee gedeeld. Als ze alle vijf zijn ingevuld, worden zij opgeteld en door vijf gedeeld.

9. MYMOP grafieken kunnen handmatig worden getekend of met behulp van computer software.

10. **MYMOP formulieren moeten worden verstrekt zonder veranderingen in de structuur en de formulering, precies zoals ze worden aangeleverd.** Alleen dan kunnen de scores en de onderzoeksresultaten van MYMOP worden gestandaardiseerd en vergeleken.

11. De huidige versie van MYMOP, van april 1998, heeft het label MYMOP2. De MYMOP basisscores zijn dezelfde als in de eerdere versie, maar er wordt ook informatie over medicatie mee verzameld en over andere zaken die de uitkomst beïnvloeden. De vragen over medicatie worden niet verwerkt in de MYMOP2 scores, maar ze kunnen apart worden beschreven. Bijvoorbeeld '50 % van de patiënten vond het verminderen van medicatie heel belangrijk, en 60 % van deze mensen slaagde erin om te minderen of te stoppen'.

MYMOP2 mag vrijelijk worden gekopieerd en gebruikt, maar stuur a.u.b. een korte samenvatting van elk gebruik, zodat ik een database kan samenstellen die van nut zal zijn voor gebruikers. Ik zal heel graag vragen beantwoorden of meer informatie geven. Als het MYMOP formulier wordt veranderd of aangepast, moet het een andere naam krijgen en vermelden dat het van het MYMOP formulier is afgeleid.

### **Richtlijnen voor de score-berekening**

1. Symptoom 1 en Welzijn zijn verplicht. Formulieren waarin één van deze twee scores ontbreekt zijn ongeldig.

2. Symptoom 2 en Bezigheid zijn niet verplicht.

3. Slechts één cijfer mag op een regel worden gemarkeerd, door een cirkel of op een andere duidelijke manier. Het markeren van meer dan 1 cijfer of een punt tussen twee cijfers levert een ongeldige score op

4. Op vervolformulieren moeten dezelfde omschrijvingen worden gebruikt als op MYMOP2, het eerste formulier. Een verandering in een omschrijving maakt het formulier ongeldig. Alleen in Symptoom 3 kan nieuwe informatie worden ingevuld, en dat is niet verplicht. Symptoom 3 kan elke keer anders zijn: alleen daar kan een gewijzigde omschrijving worden ingevuld.

5. Als Symptoom 2 of Bezigheid leeg zijn gelaten op MYMOP2, moet elke vermelding daarover op vervolformulieren, of het nu een omschrijving is of een score, worden genegeerd. Dat maakt de score van de rest van het formulier niet ongeldig.

6. Symptoom 1, Symptoom 2, Bezigheid en Welzijn hebben alle een eigen score, van 0 tot 6. Het is ook mogelijk om een MYMOP profielscore te berekenen, dat is het gemiddelde van deze scores. Als bijvoorbeeld Symptoom 1 een 5 scoort, Symptoom 2 niet wordt ingevuld, Bezigheid een 3 scoort en Welzijn een 2, dan is de MYMOP profielscore  $10/3 = 3.3$ .

Als Symptoom 3 wordt ingevuld en een score krijgt, gaat die mee in de profielscore.

Het wordt aanbevolen om bij de MYMOP profielscore ook de andere scores te vermelden, om het

meer betekenis te geven.

7. De vragen over medicatie worden niet verwerkt in de MYMOP2 scores, maar ze kunnen apart worden omschreven, bijvoorbeeld '50 % van de patiënten vond vermindering van medicatie heel belangrijk, en 60 % van deze mensen slaagde erin om te minderen of te stoppen'.

Vertaling.2 MYMOP instructies en formulieren: drs. F. Kortekaas, drs. S.H. Kwee en drs. R.M. Winkelmeijer