De Functiemogelijkhedenlijst (FML)

Inleiding.
Voor de beoordeling van de mate van arbeidsongeschiktheid wordt door het UWV een belastbaarheidprofiel opgesteld door de verzekeringsarts. Dit belastbaarheidprofiel heet de "Functiemogelijkheden lijst" (FML.). Deze FML wordt door de arbeidsdeskundige gebruikt om functies uit te zoeken die vallen binnen de belastbaarheid en die passen bij de opleiding en ervaring van de gekeurde.
Dit artikel geeft u de definities een keuzemogelijkheden van de verzekeringsarts.
Het FML is opgebouwd uit 6 rubrieken. Het gehele computerprogramma waar de functies in staan en waar de vergelijking wordt gemaakt tussen uw belastbaarheid en deze functies heet het CBBS.

Het CBBS gaat uit van *normaalwaarden*. Normaalwaarden zijn gemiddelde lichamelijke of geestelijke belastingen die gelden als vergelijkingsmateriaal. Er wordt van uitgegaan dat deze normaal zijn verdeeld. Dus dat voor 95% van de mensen geldt dat zij binnen deze normaal waarden vallen. De verzekeringsarts geeft alleen aan waar iemand afwijkt van deze waarden. Ook bij de belasting in de functies wordt alleen gekeken waar de belasting afwijkend is van deze normaalwaarden.

RUBRIEK I PERSOONLIJK FUNCTIONEREN

I-1. Concentreren van de aandacht

Definitie
Zich volledig richten op de verwerking van informatie uit één bron en zich afsluiten voor afleiding door informatie uit andere bronnen.

0 normaal, kan zich tenminste een half uur concentreren op één informatiebron (boek, documentaire op tv of radio)
1 beperkt, kan zich niet langer dan een half uur concentreren op één informatiebron (krant, actualiteiten programma op radio of tv)
2 sterk beperkt, kan zich niet langer dan 5 minuten concentreren op één informatiebron (reclamefolder, reclamespots op radio of tv)

I-2 Verdelen van de aandacht

Definitie
Zich afwisselend richten op de verwerking van informatie uit verschillende bronnen, zonder daarbij het overzicht over het geheel te verliezen.

0 normaal, kan tenminste een half uur de aandacht verdelen over meerdere informatiebronnen (zich zelf verplaatsen met auto/fiets in druk stadsverkeer)
1 beperkt, kan niet langer dan een half uur de aandacht verdelen over meerdere informatiebronnen (zichzelf verplaatsen met auto/fiets in druk stadsverkeer)
2 sterk beperkt, kan niet langer dan langer dan 5 minuten de aandacht verdelen over meerdere informatiebronnen (zelfstandig een drukke straat oversteken)

I-3 Herinneren

Definitie
Informatie die in het verleden in het geheugen is opgeslagen op het gewenste moment prompt reproduceren.

0 normaal, kan zich meestal tijdig, zonder ongebruikelijke hulpmiddelen, relevante zaken herinneren
1 beperkt, moet regelmatig dingen apart opschrijven als geheugensteun om de continuïteit van het handelen te waarborgen
2 sterk beperkt, weet zich voortdurend onontbeerlijke alledaagse gegevens (tijd, plaats, persoon, onderwerp) niet te herinneren en kan dit niet compenseren met hulpmiddelen

I-4 Inzicht in eigen kunnen

Definitie
Zich bewust zijn van de reële eigen mogelijkheden tot functioneren, in relatie tot de eisen die vanuit de omgeving worden gesteld en de kansen die vanuit deze omgeving worden

0 normaal, schat meestal de eigen mogelijkheden en beperkingen redelijk in
1 beperkt, overschat meestal ernstig de eigen mogelijkheden
2 beperkt, overschat meestal ernstig de eigen beperkingen

I-5. Doelmatig handelen (taakuitvoering)

Definitie
Afzonderlijke, bekende deelactiviteiten gecoördineerd uitvoeren, afgestemd op het realiseren van een bekend doel in een bekende omgeving.
Met dit item *1.5* beoordeelt de verzekeringsarts of de cliënt in staat is om de dagelijkse routinehandelingen uit te voeren, die nodig zijn voor onafhankelijk functioneren in algemene dagelijkse levensverrichtingen (ADL). Met dit item beoordeelt de verzekeringsarts de mogelijkheid om instructiegestuurde getrainde activiteiten uit te voeren, waarvoor niet of nauwelijks eigen initiatief vereist is. Eigen initiatief is een onderscheidend kenmerk van zelfstandig handelen, dat wordt beoordeeld met item 1.6 'zelfstandig handelen'.(gecoördineerd handelen, eigen activiteiten afstemmen op het realiseren van een doel)

0 normaal, geen specifieke beperkingen in doelmatig handelen in de routine van het dagelijks leven (staat op tijd op, wast zich, kleedt zich aan, maakt ontbijt klaar, ontbijt, sluit de huisdeur af en verschijnt op tijd op afspraken)
1 beperkt, start niet tijdig activiteiten om het gestelde doel te bereiken
2 beperkt, voert de benodigde activiteiten niet in een logische volgorde uit
3 beperkt, controleert het verloop van de activiteiten niet
4 beperkt, beëindigt de activiteiten niet als het gestelde doel bereikt is, of niet bereikt kan worden
5 anderszins beperkt in doelmatig handelen.namelijk .....

I-6. Zelfstandig handelen (zelfstandige taakuitvoering)

Definitie
Het onderkennen, optimaliseren en benutten van de beschikbare ruimte voor het eigen handelen

0 normaal, geen specifieke beperkingen in het zelfstandig handelen in het dagelijks leven
1 beperkt, neemt meestal niet uit zich zelf het initiatief tot handelen
2 beperkt, stelt zichzelf meestal geen doelen
3 beperkt, bedenkt meestal zelf geen handelingsvarianten
4 beperkt, besluit meestal zelf niet welke aanpak de meest geëigende is
5 beperkt, onderkent meestal zelf niet wanneer de gevolgde aanpak te kort schiet
6 beperkt, kiest in dat geval meestal niet zelf voor een alternatieve aanpak of een ander doel
7 beperkt, gaat uit zich zelf meestal niet door totdat het doel bereikt is
8 beperkt, doet niet zelf tijdig een beroep op hulp van anderen, wanneer de situatie dat gebiedt
9 anderszins beperkt in het zelfstandig handelen, namelijk .....

I-7. Handelingstempo

Definitie
De snelheid van het handelen

0 normaal, er zijn geen specifieke beperkingen in het handelingstempo in het dagelijks leven
1 beperkt, het handelingstempo is aanmerkelijk vertraagd

I-8. Overige beperkingen in het persoonlijk functioneren

Definitie
Beperkingen in aspecten van persoonlijk functioneren die niet, of onvoldoende aan de orde zijn gekomen in de voorgaande items van deze rubriek.

0 normaal, geen specifieke overige beperkingen in persoonlijk functioneren in het dagelijks leven
1 beperkt, specifieke overige beperkingen, namelijk .....

I-9. Specifieke voorwaarden voor het persoonlijk functioneren in arbeid

Definitie
Voorwaarden die gerealiseerd moeten zijn om de cliënt, ondanks zijn of haar beperkingen in persoonlijk functioneren, instaat te stellen om in arbeid te functioneren.

0 nee, er gelden geen specifieke voorwaarden voor het persoonlijk functioneren in arbeid
1 ja, de cliënt is aangewezen op volledig vóór gestructureerd werk: concrete enkelvoudige opdrachten (wat, wanneer, hoelang; één taak per opdracht) en voorgeschreven uitvoeringswijzen (hoe)
2 ja, de cliënt is aangewezen op vaste, bekende werkwijzen (routineafhankelijk)
3 ja, de cliënt is aangewezen op werk dat onder rechtstreeks toezicht (veelvuldig feedback) en/of onder intensieve begeleiding wordt uitgevoerd
4 ja, de cliënt is aangewezen op werk waarbij hij niet wordt afgeleid door activiteiten van anderen
5 ja, de cliënt is aangewezen op een voorspelbare werksituatie, kan niet flexibel inspelen op sterk wisselende uitvoeringsomstandigheden en/of taakinhoud
6 ja, de cliënt is aangewezen op een werksituatie zonder veelvuldige storingen en onderbrekingen
7 ja, de cliënt is aangewezen op werk zonder veelvuldige deadlines of productiepieken
8 ja, de cliënt is aangewezen op werk waarin geen hoog handelingstempo vereist is
9 ja, de cliënt is aangewezen op werk zonder verhoogd persoonlijk risico
10 ja, er gelden overige specifieke voorwaarden, namelijk .....

RUBRIEK II SOCIAAL FUNCTIONEREN

II-1. Zien

Definitie
Waarnemen met de ogen

0 normaal, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren. ,
1 beperkt, namelijk .....

II-2. Horen

Definitie
Waarnemen met de oren

0normaal, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren
1 beperkt, namelijk .....

II-3. Spreken

Definitie
Zich verstaanbaar maken met mondelinge taaluitingen.
Onvoldoende beheersing van de Nederlandse taal, kan de uitdrukkingsvaardigheid in het Nederlands spreken beperken. Dit aspect wordt echter niet betrokken bij de beoordeling van het spreken, maar vermeld bij item 11. 11 (overige beperkingen in het sociaal functioneren) en item 11.12 (specifieke voorwaarden voor het sociaal functioneren in arbeid). In dit geval is er namelijk sprake van een tekort schietende spreekvaardigheid die in principe gecompenseerd kan worden.

0 normaal, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren
1 beperkt, namelijk .....

II-4. Schrijven

Definitie
Zich verstaanbaar maken met schriftelijke taaluitingen.
Onvoldoende beheersing van de Nederlandse taal, kan de uitdrukkingsvaardigheid in het Nederlands schrijven beperken. Dit aspect wordt echter niet betrokken bij de beoordeling van het schrijven, maar vermeld bij item 11.11 overige beperkingen in sociaal functioneren en item 11.12 (specifieke voorwaarden voor het sociaal functioneren in arbeid). In dit geval is er namelijk sprake van een tekort schietende schrijfvaardigheid die in principe gecompenseerd kan worden.

0 normaal, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren
1 beperkt, namelijk .....

II-5. Lezen

Definitie
Begrijpen van geschreven taaluitingen
Onvoldoende beheersing van de Nederlandse taal, kan de vaardigheid in het lezen van geschreven Nederlandse teksten beperken. Dit aspect wordt echter niet betrokken bij de beoordeling van het lezen, maar vermeld bij 11.11 (overige beperkingen in sociaal functioneren) en item 11.12 (specifieke voorwaarden voor het sociaal functioneren in arbeid). In dit geval is er namelijk sprake van een tekort schietende leesvaardigheid die in principe gecompenseerd kan worden.

0 normaal, geen specifieke beperking in het dagelijks functioneren
1 beperkt, namelijk .....

II-6. Emotionele problemen van anderen hanteren

Definitie
Hulp bieden aan andere mensen in probleemsituaties waarbij menselijke gevoelens in het geding zijn, zonder er zelf nadelige gevolgen van te ondervinden.

0 normaal, kan zich meestal wel inleven in problemen van anderen, maar kan daarvan ook afstand nemen in gedrag en beleving
1 beperkt, trekt zich meestal problemen van anderen erg aan; kan desondanks wel voldoende afstand nemen in gedrag, echter niet in beleving
2 sterk beperkt, identificeert zich meestal met problemen van anderen en kan daarvan noch in gedrag, noch in beleving afstand nemen

II-7. Eigen gevoelens uiten

Definitie
Uitdrukking geven aan eigen gevoelens in overeenstemming met de momentane sociale context.

0 normaal, kan meestal persoonlijke gevoelens op een voor anderen duidelijke en acceptabele manier in woord en gedrag tot uiting brengen
1 beperkt, brengt anderen in verwarring door onduidelijke, onvoorspelbare of onconventionele wijze van gevoelsuitingen
2 sterk beperkt, is doorgaans niet in staat gevoelens te uiten (blokkeert zichzelf) of uit deze ongecontroleerd (ongeremd), ongeacht de reacties van anderen

II-8. Omgaan met conflicten

Definitie
Openlijke onenigheid in goede banen leiden.

0 normaal, kan een conflict met agressieve of onredelijke mensen in rechtstreeks contact hanteren
1 beperkt, kan een conflict met agressieve of onredelijke mensen uitsluitend in telefonisch of schriftelijk contact hanteren
2 sterk beperkt, kan meestal geen conflicten hanteren

II-9. Samenwerken

Definitie
In groepsverband een taak uitvoeren.

0 normaal, kan in onderlinge afstemming met anderen een taak gezamenlijk uitvoeren (werken in teamverband)
1 beperkt, kan met anderen werken, maar met een eigen, van tevoren afgebakende deeltaak
2 sterk beperkt, kan in de regel niet met anderen werken

II-10. Vervoer

Definitie
Zelfstandig reizen van en naar het werk.

0 normaal, kan autorijden of fietsen, of zelfstandig gebruik maken van het openbaar vervoer
1 beperkt, is voor vervoer aangewezen op hulp van anderen

II-11. Overige beperkingen in het sociaal functioneren

Definitie
Beperkingen in aspecten van sociaal functioneren die niet, of onvoldoende aan de orde zijn gekomen in de voorgaande items van deze rubriek.

0 normaal, geen specifieke overige beperkingen in sociaal functioneren in het dagelijks leven
1 beperkt, specifieke overige beperkingen, namelijk .....

II-12. Specifieke voorwaarden voor het sociaal functioneren in arbeid

Definitie
Voorwaarden die gerealiseerd moeten zijn om de cliënt, ondanks zijn of haar beperkingen in het sociaal functioneren, in staat te stellen om in arbeid te functioneren.

0 nee, er gelden geen specifieke voorwaarden voor het sociaal functioneren in arbeid
1 ja, de cliënt is aangewezen op werk waarin meestal weinig of geen rechtstreeks ~ contact met klanten vereist is (sommige beroepen in de dienstverlening)
2 ja, de cliënt is aangewezen op werk waarin meestal weinig of geen direct contact met patiënten of hulpbehoevenden vereist is (sommige beroepen in zorg- en hulpverlening)
3 ja, de cliënt is aangewezen op werk waarin zo nodig kan worden teruggevallen op directe collega's of leidinggevenden (géén solitaire functie)
4 ja, de cliënt is aangewezen op werk waarin doorgaans geen direct contact met collega's vereist is
5 ja, de cliënt is aangewezen op werk dat geen leidinggevende aspecten bevat
6 ja, er gelden overige specifieke voorwaarden, namelijk .....

RUBRIEK III AANPASSING AAN FYSIEKE OMGEVINGSEISEN .

III-1. Hitte

Definitie
Het langer dan 5 minuten aaneengesloten actief zijn bij temperaturen hoger dan 35°.

0 normaal, geen specifieke beperkingen
1 beperkt, namelijk .....

III-2. Koude

Definitie
Het langer dan 5 minuten aaneengesloten actief zijn bij temperaturen lager dan -15°C.

Keuze verzekeringsarts
0 normaal, geen specifieke beperkingen
1 beperkt, namelijk .....

III-3. Tocht

Definitie
Het blootgesteld zijn aan sterke luchtverplaatsing.

0 normaal, geen specifieke beperkingen
1 beperkt, namelijk ..... ,

III-4. Huidcontact

Definitie
Huidcontact met vaste en I of vloeibare stoffen.

0 normaal, geen specifieke beperkingen
1 beperkt, namelijk .....

III-5. Beschermende middelen

Definitie
Het dragen van persoons- of productbeschermende middelen.

0 normaal, geen specifieke beperkingen
1 beperkt, namelijk .....

III-6. Stof, rook, gassen en dampen

Definitie
Het werken in een omgeving waar stof, gas en/of damp de atmosfeer belasten.

0 normaal, geen specifieke beperkingen
1 beperkt, namelijk .....

III-7. Geluidsbelasting

Definitie
Het werken in een omgeving met lawaaibelasting

0 normaal, geen specifieke beperkingen
1 beperkt, namelijk .....

III-8. Trillingsbelasting

Definitie
Het blootgesteld zijn aan grove trillingen of stoten, waardoor het lichaam of lichaamsdelen in een trillende of schokkende beweging raakt of raken.

0 normaal, geen specifieke beperkingen
1 beperkt, namelijk .....

III-9. Overige beperkingen van de fysieke aanpassingsmogelijkheden

Definitie
Beperkingen in aspecten van fysieke aanpassingsmogelijkheden die niet, of onvoldoende aan de orde zijn gekomen in de voorgaande items van deze rubriek.

0 normaal, geen specifieke overige beperkingen in de aanpassing aan fysieke omgevingseisen
1 allergie, namelijk….
2 verhoogde vatbaarheid voor infecties, namelijk….
3 verzwakte huidbarrière, namelijk….
4 andere beperkingen, namelijk….

III-10. Specifieke voorwaarden voor de aanpassing aan de fysieke arbeidsomgeving

Definitie
Voorwaarden die gerealiseerd moeten zijn om de cliënt, ondanks zijn of haar beperkingen in fysieke aanpassingsmogelijkheden, in staat te stellen om in arbeid te functioneren.

0 nee, er gelden geen specifieke voorwaarden voor de aanpassing aan de fysieke arbeidsomgeving
1 ja, er gelden specifieke voorwaarden voor de aanpassing aan de fysieke arbeidsomgeving, namelijk….

RUBRIEK IV DYNAMISCHE HANDELINGEN .

IV-1. Dominantie

0 niet van toepassing
1 rechts
2 links

IV-2. Lokalisatie beperkingen

0 noch rechts, noch links
1 rechts
2 links
3 tweezijdig

IV-3. Hand- en vingergebruik

Definitie
Het gebruik van polsen, handen en vingers voor het uitvoeren van diverse grepen, het uitoefenen van knijp- en grijpkracht, fijnemotorische en repetitieve hand- en vingerbewegingen.
Deze vaardigheid is niet alleen afhankelijk van een intacte handfunctie, maar ook van de graad van geoefendheid als onderdeel van de vakbekwaamheid. Lichtere, maar toch substantiële beperkingen worden door de verzekeringsarts niet afzonderlijk benoemd, maar verdisconteerd in de beoordeling van items waarbij het gebruik van handen en vingers vereist is. Dit geldt voor item 5 (toetsenbord bedienen en muis hanteren), item 6 (werken met toetsenbord en muis), item 7 (schroefbewegingen met hand en arm), item 8 (reiken), item 9 (frequent reiken tijdens het werk), item 13 (duwen of trekken), item 14 (tillen of dragen), item 15 (frequent lichte voorwerpen hanteren tijden het werk), item 16 (frequent zware lasten hanteren tijdens het werk) en item 21 (klimmen).
Bij complexe beperkingen in het gebruik van handen en vingers door de cliënt, heeft de verzekeringsarts wellicht behoefte aan extra mogelijkheden tot typering van deze beperkingen. Daarvoor kan gebruikt gemaakt worden van item 23 'overige beperkingen van het dynamische handelen'.

0 normaal, geen specifieke beperkingen bij het gebruik van handen en vingers in ~ het dagelijks leven
1 beperkt, kan de bolgreep niet of nauwelijks uitvoeren
2 beperkt, kan de pengreep niet of nauwelijks uitvoeren
3 beperkt, kan de pincetgreep niet of nauwelijks uitvoeren
4 beperkt, kan de sleutelgreep niet of nauwelijks uitvoeren
5 beperkt, kan de cilindergreep niet of nauwelijks uitvoeren
6 beperkt, kan niet of nauwelijks knijp/grijpkracht uitoefenen
7 beperkt, is niet of nauwelijks in staat tot fijn motorische hand/vingerbewegingen 8 beperkt, is niet of nauwelijks in staat tot repetitieve hand/vingerbewegingen

IV-4. Tastzin

Definitie
Het waarnemen van indrukken via aanraking.

0 normaal, geen specifieke beperkingen in het dagelijks leven
1 beperkt, namelijk .....

IV-5. Toetsenbord bedienen en muis hanteren

Definitie
Het bedienen van de standaardmiddelen om een computer te gebruiken

0 normaal, kan alle hiervoor benodigde bewegingen uitvoeren
1 beperkt, namelijk .....

IV-6. Werken met toetsenbord en muis

Definitie
Het bedienen van de standaardmiddelen voor computergebruik gedurende de werkdag

0 normaal, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag toetsenbord bedienen en muis hanteren (professioneel tekstverwerken, programmeren, CAD/CAM werk, elektronische verkoop)
1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag (ongeveer 4 uur) toetsenbord bedienen en muis hanteren (beleidsmedewerker)
2 beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag (ongeveer 1 uur) toetsenbord bedienen en muis hanteren ('e-mailen')
3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan een half uur per werkdag toetsenbord bedienen en muis hanteren

IV-7. Schroefbewegingen met hand en arm

Definitie
Gecoördineerde activiteit van vingers, hand en arm om een voorwerp, met enige krachtsinspanning, een slag te draaien, te buigen of te vervormen.

0 normaal, geen specifieke beperkingen in het dagelijks leven
1 beperkt, namelijk .....

IV-8. Reiken

Definitie
Het veelvuldig actief verplaatsen van de handen door strekken en buigen van de armen tijdens de werkdag, doorgaans niet verder gestrekt dan aangegeven onder item IV.8 (reiken). Inclusief het hanteren van voorwerpen tot 500 gram.
Bij dit item gaat het om veelvuldig reiken, gegeven de reikafstand die eventueel is begrensd met het voorafgaande item (IV.8). De verzekeringsarts beoordeelt de mogelijkheden om te reiken inclusief eventueel noodzakelijk licht buigen of torderen, echter niet meer dan ongeveer 15 graden. Dit is voldoende om een extra reikafstand van ongeveer 10 cm te overbruggen.
Met dit item IV.9 beoordeelt de verzekeringsarts de mogelijkheden van de cliënt om kort achtereen reikbewegingen te maken, met een frequentie van ongeveer 20 keer per minuut (1200 keer per uur, één keer per 3 seconden). De handen blijven slechts korte tijd (enkele seconden) op de bereikte plaats om een handeling uit te voeren. En keren daarna terug in de uitgangspositie (1 keer reiken is een volledige reikbeweging: heen én terug).

0 normaal, kan met gestrekte arm reiken (kopje koffie serveren)
1 licht beperkt, kan met licht gebogen arm reiken (afstand schouder-hand: 50-60 cm)
2 beperkt, kan met sterk gebogen arm reiken (afstand schouder-hand minder dan 50 cm)

IV-9. Frequent reiken tijdens het werk (ongeveer 20 keer per minuut)

Definitie
Het veelvuldig actief verplaatsen van de handen door strekken en buigen van de armen tijdens de werkdag, doorgaans niet verder gestrekt dan aangegeven onder item IV.8 (reiken).
De mogelijkheden om te reiken inclusief eventueel noodzakelijk licht buigen of torderen, echter niet meer dan ongeveer 15 graden. Dit is voldoende om een extra reikafstand van ongeveer 10 cm te overbruggen. Oordeelt over de mogelijkheden om kort achtereen reikbewegingen te maken, met een frequentie van ongeveer 20 keer per minuut (1200 keer per uur, één keer per 3 seconden). De handen blijven slechts korte tijd (enkele seconden) op de bereikte plaats om een handeling uit te voeren. En keren daarna terug in de uitgangspositie (1 keer reiken is een volledige reikbeweging: heen én terug).

0 normaal, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag frequent reiken (kassawerk in grootwinkelbedrijf, inpakwerk)
1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende tijdens ongeveer 4 uren per werkdag frequent buigen
2 beperkt, kan zo nodig tijdens ongeveer een uur per werkdag frequent reiken
3 sterk beperkt, kan niet tijdens een uur per werkdag frequent reiken

IV-10. Buigen

Definitie
Het voorover buigen van het bovenlichaam en kort daarna weer in de uitgangshouding terugkeren.

0 normaal, kan ongeveer 90 graden buigen (papiertje van de grond oprapen)
1 beperkt, kan ongeveer 60 graden buigen (tas van de grond oppakken)
2 sterk beperkt, kan ongeveer 45 graden buigen (kruimels uit stoelzitting oprapen)

IV-11. Frequent buigen tijdens het werk (ongeveer 10 keer per minuut)

Definitie
Het veelvuldig voorover buigen van het bovenlichaam en kort daarna weer in de uitgangshouding terugkeren tijdens de werkdag, doorgaans niet verder voorover gebogen dan aangegeven onder item IV.10 (buigen).

0 normaal, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag frequent buigen
1 licht beperkt, kan zo nodig tijdens ongeveer 4 uren per werkdag frequent buigen
2 beperkt, kan zo nodig tijdens ongeveer een uur per werkdag frequent buigen
3 sterk beperkt, kan niet tijdens een uur per werkdag frequent buigen

IV-12. Torderen

Definitie
Het zijwaarts naar achteren draaien van het bovenlichaam en kort daarna weer in de uitgangshouding terugkeren.

0 normaal, kan de romp tenminste 45 graden draaien (achterom kijken op de fiets; vóórin zittend een tas van de achterbank van de auto pakken)
1 beperkt, namelijk .....

IV-13. Duwen of trekken

Definitie
Met inzet van het eigen lichaamsgewicht, op voorwerpen duw- of trekkracht uitoefenen, ongeacht of men zich zichzelf daarbij voortbeweegt.

0 normaal, kan ongeveer 15 kg duwen of trekken (weerbarstige kurk uit fles)
1 beperkt, kan ongeveer 10 kgf duwen of trekken (volle vuilniscontainer)
2 sterk beperkt, kan ongeveer 5 kgf duwen of trekken (deur met dranger openen)

IV-14. Tillen of dragen

Definitie
Tillen: het met de hand(en) oppakken, gedurende korte tijd vasthouden en weer neerzetten van voorwerpen met een gewicht van tenminste ongeveer 1 kg (meer dan 500 gram).
Dragen: het verplaatsen van voorwerpen met een gewicht van tenminste ongeveer 1 kg (meer dan 500 gram) met gebruik van de hand(en) en arm(en).

0 normaal, kan ongeveer 15 kg tillen of dragen (kleuter). Pieken tot 25 kg zijn toegestaan.
1 licht beperkt, kan ongeveer 10 kg tillen of dragen (peuter), incidentele piekbelasting is mogelijk.
2 beperkt, kan ongeveer 5 kg tillen of dragen (zak aardappelen), incidentele piekbelasting is mogelijk.
3 sterk beperkt, kan ongeveer 1 kg tillen of dragen (literpak melk), incidentele piekbelasting is mogelijk.

IV-15. Frequent lichte voorwerpen hanteren tijdens het werk (ongeveer 10 keer per ~ minuut)

Definitie
Hanteren door tillen: het veelvuldig met de hand(en) oppakken, gedurende korte tijd vasthouden en weer neerzetten van voorwerpen met een gewicht van ruim 1 kg tijdens de werkdag

0 normaal, kan zo nodig tijdens elk uur van de werkdag frequent voorwerpen van ruim 1 kg hanteren (orderverzamelaar)
1 licht beperkt, kan zo nodig tijdens ongeveer 4 uren per werkdag voorwerpen van ruim 1 kg hanteren
2 beperkt, kan zo nodig tijdens ongeveer een uur per werkdag frequent voorwerpen van ruim 1 kg hanteren
3 sterk beperkt, kan niet tijdens een uur per werkdag voorwerpen van ruim 1 kg hanteren

IV-16. Frequent zware lasten hanteren tijdens het werk (ongeveer 10 keer per uur)

Definitie
Tillen: het veelvuldig met de hand(en) oppakken, gedurende korte tijd vasthouden en weer neerzetten van voorwerpen met een gewicht van ongeveer 15 kg tijdens de werkdag
Dragen: het veelvuldig verplaatsen van voorwerpen met een gewicht van ongeveer 15 kg met gebruik van de hand(en) en arm (en) tijdens de werkdag.
Bij dit item (IV. 16) beoordeelt de verzekeringsarts of de cliënt al dan niet in staat is om hooguit tijdens 1 uur per werkdag voorwerpen van ongeveer 15 kg te tillen of te dragen.

0 normaal, kan zo nodig tijdens ongeveer een uur per werkdag frequent lasten van ongeveer 15 kg hanteren
1 beperkt, kan niet tijdens een uur per werkdag frequent lasten van ongeveer 15 kg hanteren

IV-17. Hoofdbewegingen maken

Definitie
Het hoofd in alle richtingen bewegen.

0 normaal, kan het hoofd ongehinderd bewegen
1 beperkt, kan het hoofd beperkt bewegen
2 sterk beperkt, kan het hoofd niet of nauwelijks zijwaarts draaien
3 sterk beperkt, kan het hoofd niet of nauwelijks op en neer bewegen

IV-18. Lopen

Definitie
Het zich te voet verplaatsen gedurende een bepaalde tijd achtereen.

0 normaal, kan ongeveer een uur achtereen lopen (wandeling)
1 licht beperkt, kan ongeveer 15-30 minuten achtereen lopen (ommetje)
2 beperkt, kan ongeveer 5-15 minuten achtereen lopen (naar de brievenbus)
3 sterk beperkt, kan minder dan ongeveer 5 minuten achtereen lopen (binnenshuis)

IV-19. Lopen tijdens het werk

Definitie
Het zich te voet verplaatsen gedurende een bepaald aandeel van de totale werkdag, doorgaans niet langer achtereen dan aangegeven met item IV.18 (lopen).

0 normaal, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag lopen ~ (postbode)
1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag (ongeveer 4 uur) lopen
2 beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag (ongeveer 1 uur) lopen
3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan een half uur per werkdag lopen

IV-20. Trappenlopen

Definitie
Het oplopen en! of aflopen van trappen met horizontale vlakke treden, waarbij normaliter de hulp van handen niet noodzakelijk is.

0 normaal, kan tenminste in één keer twee trappen op en af (2 verdiepingen woonhuis)
1 licht beperkt, kan tenminste in één keer een trap op en af (1 verdieping woonhuis)
2 beperkt, kan tenminste in één keer één trap op of af (1 verdieping woonhuis)
3 sterk beperkt, kan in één keer slechts een bordestrapje op- of aflopen

IV-21. Klimmen

Definitie
Het zich verticaal verplaatsen via ladders, constructies, klimijzers, dijken, daken, in en uit vrachtauto's et cetera, waarbij de hulp van de bovenste extremiteit noodzakelijk is.

0 normaal, kan tenminste een ladder op en af (1 verdieping)
1 licht beperkt, kan tenminste een huishoudtrap op en af
2 beperkt, kan tenminste een opstapje op en af (50 cm, olifantsvoet)
3 sterk beperkt, kan geen opstap maken

IV-22. Knielen of hurken

Definitie
Het buigen van knieën en heupen om het lichaam op (één van beide) knieën of beide voeten ~ te laten rusten, en kort daarna weer terugkeren in de uitgangshouding. I .

0 normaal, kan knielend of hurkend met de handen de grond bereiken (een muntstuk oprapen)
1 beperkt, kan niet of nauwelijks knielend of hurkend met de handen de grond bereiken

IV-23. Overige beperkingen van het dynamisch handelen

Definitie
Beperkingen in aspecten van het dynamisch handelen die niet of onvoldoende aan de orde zijn gekomen in de voorgaande items (1-22) van deze rubriek.

0 normaal, geen specifieke overige beperkingen van het dynamisch handelen in het n dagelijks leven.
1 specifieke overige beperkingen, namelijk .....

IV-24. Specifieke voorwaarden voor het dynamisch handelen in arbeid

Definitie
Voorwaarden die gerealiseerd moeten zijn om de cliënt, ondanks zijn of haar beperkingen in dynamisch handelen, in staat te stellen om in arbeid te functioneren

0 nee, er gelden geen specifieke voorwaarden voor het dynamisch handelen in arbeid
1 ja, er gelden specifieke voorwaarden voor het dynamisch handelen, namelijk ..... ,.

RUBRIEK V STATISCHE HOUDINGEN

V-1. Zitten

Definitie
De lichaamshouding aannemen waarbij het lichaam rust op het zitvlak en deze houding gedurende een bepaalde ijd achtereen handhaven.

0 normaal, kan ongeveer 2 uur achtereen zitten (autorit)
1 licht beperkt, kan ongeveer een uur achtereen zitten (film)
2 beperkt, kan ongeveer een half uur achtereen zitten (maaltijd)
3 sterk beperkt, kan minder dan een kwartier achtereen zitten (tv-journaal)

V-2. Zitten tijdens het werk

Definitie
In zittende houding werken gedurende een bepaald aandeel van de totale werkdag.

0 normaal, kan zo nodig gedurende vrijwel de gehele werkdag zitten (assemblagewerk, kassawerk, uitvoerend administratief werk)
1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende het grootste deel van de werkdag zitten (6-8 uur)
2 beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag zitten (ongeveer 4 uur)
3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan 4 uur per werkdag zitten

V-3. Staan

Definitie
Een lichaamshouding aannemen waarbij het lichaam rust op de benen waarvan er tenminste één vrijwel gestrekt is en die houding gedurende een bepaalde tijd handhaven.

0 normaal, kan ongeveer 1 uur achtereen staan (toeschouwer bij sportwedstrijd)
1 licht beperkt, kan ongeveer 15-30 minuten achtereen staan (wachttijd voor attractie in pretpark)
2 beperkt, kan ongeveer 5-15 minuten achtereen staan (afwassen).
3 sterk beperkt, kan minder dan 5 minuten achtereen staan (tanden poetsen)

V-4. Staan tijdens het werk

Definitie
In staande houding werken gedurende een bepaald aandeel van de totale werkdag, doorgaans niet langer achtereen dan aangegeven met item V.3 (staan).

0 normaal, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag staan (verkoopfuncties, productiefuncties)
1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag staan (ongeveer 4 uur)
2 beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag staan (ongeveer 1 uur)
3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan een half uur per werkdag staan

V-5. Geknield of gehurkt actief zijn

Definitie
De lichaamshouding aannemen waarbij knieën en heupen gebogen zijn en het lichaam op (één van beide) knieën of beide voeten rust, en deze houding gedurende enige tijd achtereen handhaven.

0 normaal, kan tenminste 5 minuten achtereen geknield of gehurkt actief zijn (tuinieren)
1 beperkt, kan minder dan 5 minuten achtereen geknield of gehurkt actief zijn (deur aanrechtkastje afnemen)

V-6. Gebogen *en/of* getordeerd actief zijn

Definitie
De lichaamshouding aannemen waarbij het bovenlichaam voorover gebogen is en/of zijwaarts naar achteren gedraaid, en deze houding gedurende enige tijd achtereen handhaven.

0 normaal, kan tenminste 5 minuten achtereen gebogen en/of getordeerd actief zijn (stoep vegen)
1 beperkt, kan minder dan 5 minuten achtereen gebogen en/of getordeerd actief zijn (schoenveters strikken)

V-7. Boven schouderhoogte actief zijn

Definitie
Het verrichten van werkzaamheden boven schouderhoogte, ongeacht vanuit welke lichaamshouding. De aaneengesloten duur wordt pas onderbroken als er substantieel andere activiteiten worden ondernomen waardoor recuperatie kan plaatsvinden.

0 normaal, kan tenminste 5 minuten achtereen boven schouderhoogte actief zijn (gordijnen ophangen)
1 beperkt, kan minder dan 5 minuten achtereen boven schouderhoogte actief zijn (gloeilamp verwisselen)

V-8. Het hoofd in een bepaalde stand houden tijdens het werk

Definitie
Het hoofd in een gedraaide stand brengen en die houding gedurende enige tijd achtereen handhaven.

0 normaal, kan zo nodig gedurende het merendeel van de werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden (beeldschermwerk, kwaliteitscontrole)
1 licht beperkt, kan zo nodig gedurende de helft van de werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden (ongeveer 4 uur)
2 beperkt, kan zo nodig gedurende een beperkt deel van de werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden (ongeveer 1 uur)
3 sterk beperkt, kan gedurende minder dan een half uur per werkdag het hoofd in een bepaalde stand houden

V-9. Afwisseling van houding

Definitie
De mogelijkheid hebben om te veranderen van werkhouding, volgens specificaties van de verzekeringsarts

0 normaal, geen specifieke opeenvolging van verschillende houdingen vereist
1 specifieke eisen aan afwisseling van houdingen, namelijk .....

V-10. Overige beperkingen van statische houdingen

Definitie
Beperkingen in aspecten van statische houdingen die niet, of onvoldoende aan de orde zijn gekomen in de voorgaande items van deze rubriek.
0 normaal, geen specifieke overige beperkingen in het dagelijks leven
1 specifieke overige beperkingen, namelijk .....

V-11. Specifieke voorwaarden voor statische houdingen in arbeid

Definitie
Voorwaarden die gerealiseerd moeten zijn om de cliënt, ondanks zijn of haar beperkingen in statische houdingen, in staat te stellen om in arbeid te functioneren

0 nee, er gelden geen specifieke voorwaarden voor statische houdingen in arbeid
1 ja, er gelden specifieke voorwaarden voor statische houdingen, namelijk .....

RUBRIEK VI WERKTIJDEN

VI-1. Perioden van het etmaal

Definitie
Vier dagdelen van gelijke duur: voormiddag, namiddag, avond en nacht.

0 normaal, kan zo nodig op elk uur van het etmaal werken, ook ' s nachts
1 beperkt kan 's nachts niet werken (00.00 -06.00 uur)
2 beperkt, kan 's avonds niet werken (18.00 - 24.00 uur)

VI-2. Uren per dag

Definitie
Het aantal werkuren per dag

0 normaal, kan gemiddeld tenminste 8 uur per dag werken
1 enigszins beperkt, kan gemiddeld niet meer dan ongeveer 8 uur per dag werken
2 licht beperkt, kan gemiddeld niet meer dan ongeveer 6 uur per dag werken
3 beperkt, kan gemiddeld niet meer dan ongeveer 4 uur per dag werken
4 zeer beperkt, kan gemiddeld niet meer dan ongeveer 2 uur per dag werken

VI-3. Uren per week

Definitie
Het aantal werkuren per week.

0 normaal, kan gemiddeld tenminste 40 uur per week werken
1 enigszins beperkt, kan gemiddeld ongeveer 40 uur per week werken
2 licht beperkt, kan gemiddeld ongeveer 30 uur per week werken
3 beperkt, kan gemiddeld ongeveer 20 uur per week werken
4 zeer beperkt, kan gemiddeld ongeveer 10 uur per week werken

VI-4. Overige beperkingen ten aanzien van werktijden

Definitie
Beperkingen ten aanzien van werktijden die niet, of onvoldoende aan de orde zijn gekomen in de voorgaande items van deze rubriek.

0 normaal, er zijn geen specifieke overige beperkingen ten aanzien van werktijden
1 specifieke overige beperkingen, namelijk