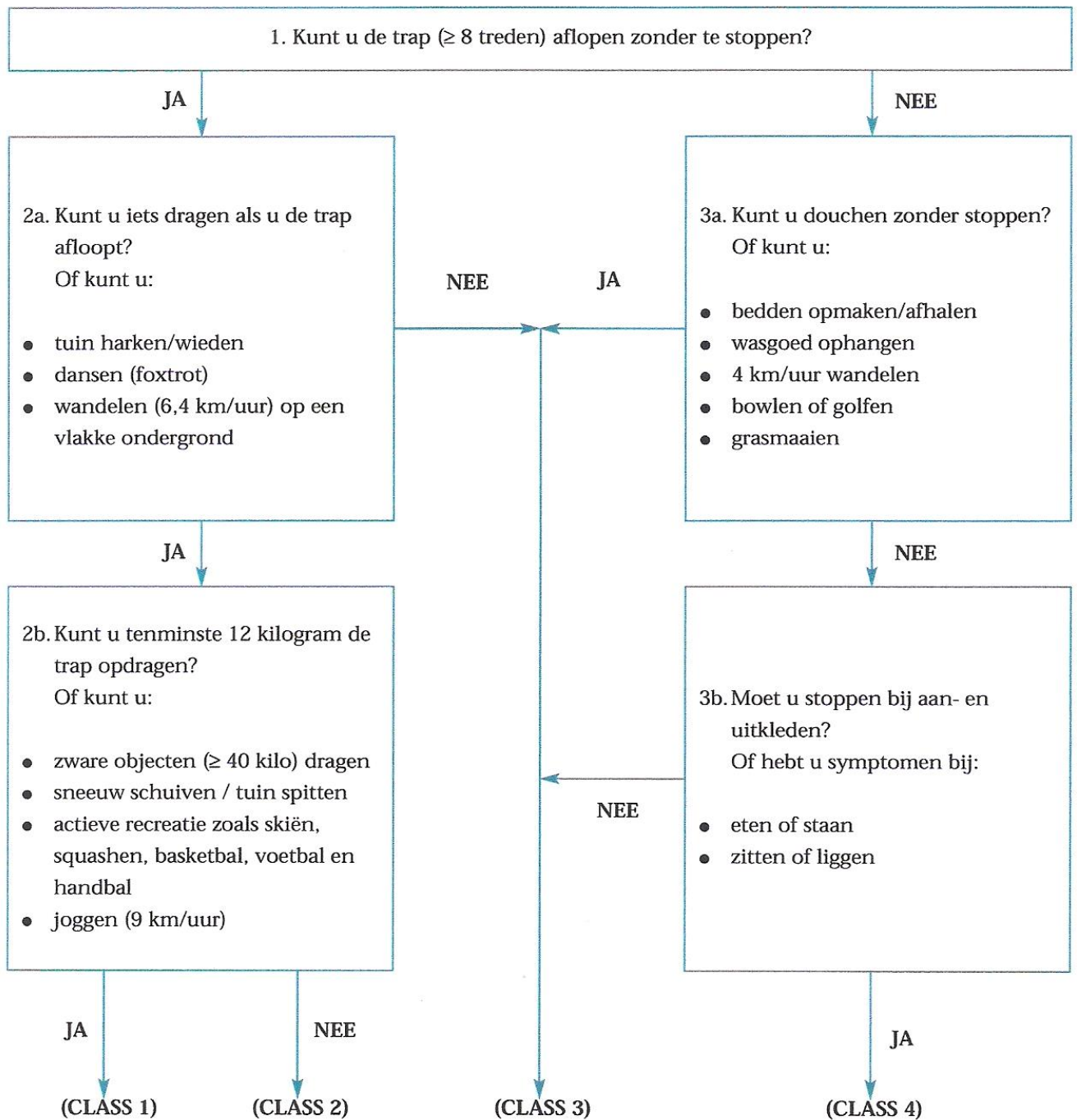


# The Specific Activity Scale



## Specific Activity Scale (SAS)

### Specific Activity Scale

- Klasse 1: cliënt kan complete activiteiten uitvoeren  $\geq 7$  MET's.  
Klasse 2: cliënt kan complete activiteiten uitvoeren  $\geq 5$  MET's en  $\leq 7$  MET's.  
Klasse 3: cliënt kan complete activiteiten uitvoeren  $\geq 2$  MET's en  $\leq 5$  MET's.  
Klasse 4: cliënt kan geen complete activiteiten uitvoeren  $\leq 2$  MET's.

### 1. Kunt u de trap oplopen (minder dan 8 treden) zonder te stoppen?

- Ja (Ga verder naar 2a)  
 Nee (Ga verder naar 3a)

### 2a. Kunt u iets dragen als u de trap afloopt?

Of kunt u:

- tuin harken/wieden;
- dansen (foxtrot);
- wandelen (6,4 km/uur) op een vlakke ondergrond?

- Ja (Ga verder naar 2b)  
 Nee (Ga verder naar 3a)

### 2b. Kunt u ten minste 12 kilogram de trap opdragen?

Of kunt u:

- zware objecten ( $> 40$  kg) dragen;
- sneeuw schuiven / tuin spitten;
- actieve recreatie zoals skien, squashen, voetbal, basketbal en handbal?

- Ja (Klasse I)  
 Nee (Klasse II)

### 3a. Kunt u douchen zonder stoppen?

Of kunt u:

- bedden opmaken/afhalen;
- wasgoed ophangen;
- wandelen 4 km/uur;
- bowlen of golfen;
- grasmaaien?

- Ja (Ga verder naar 2a)  
 Nee (Ga verder naar 3b)

### 3b. Moet u stoppen bij aan- of uitkleden?

Of heeft u symptomen bij:

- eten of staan;
- zitten of liggen?

- Ja (Klasse IV)  
 Nee (Klasse III)