

## Instructie PAR Q test

### (onderdeel aanstellingskeuring)

De PAR Q test wordt door de kandidaat kort voor het afleggen van de fysieke testen van de aanstellingskeuring ingevuld (max 2 dagen voor de fysieke test.)

Vraag 1 t/m 7 worden voorafgaand aan de fysieke test door de Arbodienst gecontroleerd. Indien er één of meer vragen met 'ja' zijn beantwoord wordt door de keuringsarts contact opgenomen met de kandidaat. De keuringsarts bespreekt die vragen eerst met de kandidaat en geeft toestemming voor deelname aan de fysieke testen!

#### PAR Q test

Omcirkel hieronder per vraag het antwoord dat voor u geldt:		
1. Heeft een arts ooit gezegd dat u een hartprobleem heeft <u>en</u> dat u alleen fysieke inspanning op advies van een arts zou mogen uitvoeren?	Ja	Nee
2. Heeft u pijn op de borst bij fysieke inspanning?	Ja	Nee
3. Heeft u in de afgelopen maand pijn op de borst gehad terwijl u geen fysieke inspanning uitvoerde?	Ja	Nee
4. Verliest u wel eens uw evenwicht als gevolg van duizeligheid of verliest u wel eens het bewustzijn?	Ja	Nee
5. Heeft u een skelet- of gewrichtsprobleem (bijvoorbeeld aan rug, knie of heup) dat kan verergeren door een verandering in uw fysieke activiteitenpatroon?	Ja	Nee
6. Schrijft uw arts u op dit moment medicijnen voor (bijvoorbeeld plaspillen) in verband met bloeddruk of hartprobleem?	Ja	Nee
7. Bent u op de hoogte van andere redenen waarom u geen fysieke inspanning zou mogen uitvoeren?	Ja	Nee

**Let op: De PAR Q test is medische informatie en hoort in het medisch dossier!!**