

Naam bedrijfsarts :

Datum :

### Instrument voor vroegtijdige opsporing burn-out

Deze fiche beoogt zowel **de gevallen van burn-out of van het syndroom professionele uitputting** op te sporen, evenals de werknemers die zich volgens u **ziek voelen door het werk en naar een toestand van burn-out zouden kunnen evolueren**. Burn-out wordt gedefinieerd als een negatieve aanhoudende gemoedstoestand die verband houdt met het werk, die voorkomt bij "normale" individuen, en die gekarakteriseerd wordt door uitputting, een gevoel van onbekwaamheid, demotivatie en disfunctioneel gedrag op het werk.

**Type gezondheidsbeoordeling of onderzoek:**

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Voorafgaand aan de tewerkstelling                | <input type="checkbox"/> Mutatie                                  |
| <input type="checkbox"/> Periodiek  | <input type="checkbox"/> Re-integratie                            |
| <input type="checkbox"/> Vóór de werkhervatting, tijdens het ziekteverlof | <input type="checkbox"/> Spontane consultatie door de werknemer   |
| <input type="checkbox"/> Bij de werkhervatting na ziekte                  | <input type="checkbox"/> Consultatie op vraag van de werkgever    |
|   | <input type="checkbox"/> Consultatie op vraag van de bedrijfsarts |

**Werkgerelateerde klachten aangebracht door de werknemer tijdens de consultatie**

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Zich slecht in zijn vel voelen | <input type="checkbox"/> Fysieke symptomen      | <input type="checkbox"/> Overbelasting        |
| <input type="checkbox"/> Stress                         | <input type="checkbox"/> Gestoorde slaap        | <input type="checkbox"/> Conflict op het werk |
| <input type="checkbox"/> Neerslachtigheid               | <input type="checkbox"/> Futloosheid (asthenie) | <input type="checkbox"/> Andere: ...          |
|   | <input type="checkbox"/> Uitputting             |   |

**Symptomen** ( één of meerdere antwoorden aanvinken) Wanneer een vak is aangevinkt, gelieve de frequentie van het bijhorend symptoom op te geven

	Zelden (minder dan één keer per week)	Soms (één keer per week)	Vaak (enkele keren per week)	Altijd (minstens één keer per dag)
<b>Fysieke symptomen</b>				
Slaapstoornissen				
⇓energie				
Neurovegetatieve/functionele klachten				
Ernstige vermoeidheid				
<b>Cognitieve en affectieve symptomen</b>				
⇓motivatie op het werk				
Frustratie				
Prikkelbaarheid				
Depressieve stemming				
Piekeren				
Twijfelen: weggaan of blijven?				
Angst				
⇓zelfwaardering				
⇓concentratie				
⇓competentiegevoel				
⇓controlegevoel				
⇓geheugen				
⇓idealisme				
<b>Gedragssymptomen</b>				
Attitudeverandering t.o.v. anderen				
Neiging zich te isoleren				

Naam bedrijfsarts :

Datum :

Absenteïsme wegens ziekte					
↓performantie					
Agressiviteit, impulsiviteit					
Andere symptomen (preciseer)					

1. Is dit voor deze werknemer de eerste consultatie bij u voor deze symptomen of dit type klachten?  
 Ja  Nee
2. Sinds wanneer manifesteren de symptomen zich bij de werknemer?  
 Minder dan 3 maanden  Tussen 7 en 12 maanden  
 Tussen 3 en 6 maanden  Meer dan 12 maanden
3. Consulteerde de werknemer voor deze symptomen of klachten ... : (*meerdere antwoorden mogelijk*)  
 Een huisarts  
 Een adviserend geneesheer  
 Preventiemedewerker psychosociale aspecten of vertrouwenspersoon  
 Andere gezondheidswerker (psycholoog, psychiater, ...)  
 Andere:....

#### Verband met het werk

1. De klachten komen voornamelijk voort uit:  
 Het werk.  
 Factoren buiten het werk.
2. Arbeidsfactoren vermeld tijdens de consultatie: (*één of meerdere antwoorden aanvinken*)  
 Werkdruk  Organisatiewijzigingen  
 Contact met klanten/patiënten/ ...  Werkonzekerheid  
 Fysieke omgeving (lawaai, ...)  Conflict op het werk  
 Tijdsdruk  Verlies van zingeving van het werk  
 Fysieke belasting  Andere :.....  
 Overeenstemming privéleven/professioneel leven
3. Ontbreekt het de werknemer op het werk aan ... ? (*één of meerdere antwoorden aanvinken*)  
 Steun van overste  Werkzekerheid  
 Steun van collega's  Variatie in competenties, uit te voeren taken  
 Feedback op geleverd werk  Taakdefinitie  
 Erkenning  Continue vorming  
 Autonomie  Geschikte uitrusting/materiaal  
 Deelname aan beslissingen  Andere : .....  
 Ontplooiingsmogelijkheden op het werk
4. Eén van de risicofactoren om een burn-out te ontwikkelen is het **primordiale belang van werk in het leven** van het individu, m.a.w. de zin die aan het werk wordt gegeven en de waarden die gedragen worden door het werk. Als u minstens één van de volgende items aanduidt, is dit een werkpiste om te ontwikkelen bij individuele opvolging.  
 Hoge en niet ingeloste verwachtingen met betrekking tot de prestaties en de aard van het werk  
 Presenteïsme: fysiek aanwezig zijn op het werk ondanks het zich ziek voelen door het werk  
 Constant aan het werk denken zoals 's morgens bij het opstaan en/of 's avonds bij het slapengaan  
 Te veel zaken worden opgeofferd voor het werk volgens de naaste omgeving

Naam bedrijfsarts :

Datum :

### Socio-demografische kenmerken van de werknemer

Geslacht : <input type="checkbox"/> Man <input type="checkbox"/> Vrouw  Leeftijd : .....jaar Anciënniteit in het bedrijf: ..... jaar	Familiale situatie : <input type="checkbox"/> Alleenstaand <input type="checkbox"/> Samenwonend	Aard van het arbeidscontract : <input type="checkbox"/> Interimwerker <input type="checkbox"/> contract van bepaalde duur <input type="checkbox"/> contract van onbepaalde duur <input type="checkbox"/> Statutair
Moedertaal : <input type="checkbox"/> Nederlands <input type="checkbox"/> Frans <input type="checkbox"/> Duits <input type="checkbox"/> Andere : .....	Statuut : <input type="checkbox"/> Arbeider <input type="checkbox"/> Bediende <input type="checkbox"/> Kader <input type="checkbox"/> Andere : .....	Arbeidsregime: <input type="checkbox"/> Voltijds <input type="checkbox"/> Deeltijds
Grootte van het bedrijf (aantal werknemers): <input type="checkbox"/> < 20 <input type="checkbox"/> 20 - 49 <input type="checkbox"/> 50 - 250 <input type="checkbox"/> > 250	Activiteitssector : <input type="checkbox"/> Privé (preciseer : .....) ) <input type="checkbox"/> Publiek (preciseer : .....) )	Beroep : .....

### Werkongeschiktheid

- Is de werknemer in werkonderbreking omwille van de aangehaalde symptomen? JA – NEEN (\*)  
(\* ) (Indien JA) Begindatum : . . / . . / 20 . .                      Verwachte einddatum : . . / . . / 20 . .
- Is de werknemer in werkonderbreking geweest voor dezelfde reden in de laatste 12 maanden? JA – NEEN (\*)  
(\* ) (Indien JA) Aantal keer werkongeschikt: . . .  
Aantal dagen van werkongeschiktheid: . . .

### Overweegt u de diagnose burn-out? JA – NEEN (\*)

(\* ) (Indien NEEN) Aan welke diagnose denkt u spontaan?

- Angst
- Depressie
- Chronische vermoeidheid
- Fibromyalgie
- Problemen door levensgebeurtenis (chtscheiding, overlijden,...)
- Relationele problemen door een conflict/hyperconflict
- Relationele problemen door intimidatie (moreel/sexueel)
- Risico op burn-out (pre-burnout, chronische stress, professionele uitputting)
- Andere:....

### Besluit van de gezondheidsbeoordeling

- Geschikt
- Geschikt met aanpassingen
- Tijdelijk ongeschikt
- Definitief ongeschikt
- Tijdelijke mutatie naar een andere post
- Definitieve mutatie naar een andere post
- Dient met ziekteverlof te gaan

### Opmerkingen