

The Cure Parkinson's Trust

The Cure Parkinson's Trust
St Botolphs
Aldgate High Street
London EC3N 1AB
Tel.: +44 (0) 207 929 7656

www.cureparkinsons.org.uk



The European Parkinson's
Disease Association
1 Northumberland Avenue
Trafalgar Square
London
WC2N 5BW
United Kingdom
Tel.: +44 (0) 207 872 5510
Email: info@epda.eu.com

www.epda.eu.com



Federación Española de
Párkinson
Paseo Reina Cristina, 8 3ºB
28014 Madrid
Tel.: +34 91 4345371

www.fedesparkinson.org



Suomen Parkinson-liitto ry
Finlands Parkinson-förbund rf
Erityisosaamiskeskus Suvituuli
Suvilinnantie 2
20900 Turku
Finland
Tel.: +358 2 2740 400
Email: parkinson-liitto@parkinson.fi

www.parkinson.fi

Parkinson-hyvinvointikartta

(Parkinson's Well-Being Map™)

tukee keskustelua Parkinsonin taudistani

Parkinson-hyvinvointikarttaa (Parkinson's Well-Being Map™) tukevat:

The Cure Parkinson's Trust



Kehitetty yhteistyössä UCBn kanssa.
Kaikki oikeudet pidätetään © 2013 UCB.



Kehitetty yhteistyössä UCBn kanssa.
Kaikki oikeudet pidätetään © 2013 UCB.

Tavaramerkeillä ® tai ™ merkityt tuotteet ovat kyseisen omistajan omaisuutta.
FI/LRC/2015/04

Parkinsonin tauti on etenevä, parantumaton, hermokudosta rappeuttava sairaus. Teollisuusmaissa tautia esiintyy noin yhdellä ihmisellä sadasta yli 60-vuotiaista¹. Tauti on harvinaisempi alle 50-vuotiailla. Parkinsonin taudille tunnusomaisia piirteitä ovat kehon liikkeisiin, nk. motorisiin oireisiin liittyvät ongelmat. Niistä tunnistettavin piirre on lepovapina. Kuitenkin, 59 %:ssa neurologien konsultaatioissa² ei-motorisiin oireisiin ei kiinnitetä huomiota (esimerkiksi ummetus, väsymys ja masennus) ja usein parkinsonpotilaat eivät itsekään ilmoita oireita terveydenhuollon ammattilaisille.³ Tämä voi johtaa sairauden riittämättömään arviointiin ja hoitoon.

Parkinson-hyvinvointikartta (Parkinson's Well-Being Map™) on kehitetty tukemaan keskustelua parkinsonoireista hoitotiimin kanssa.

Kartan avulla sinulla on mahdollisuus:

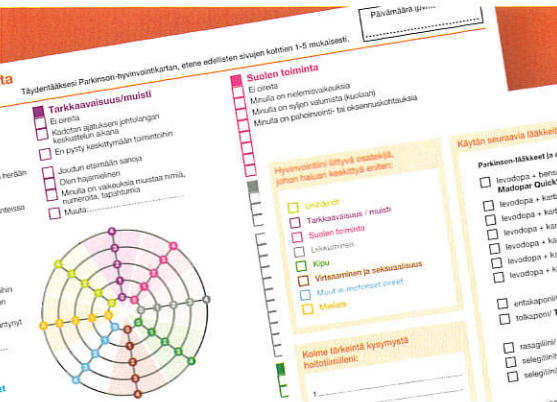
- seurata vointiasi
- arvioida motorisia ja ei-motorisia oireitasi
- keskittyä vastaanotolla itsellesi tärkeimpiin kysymyksiin

1. de Lau LM, Breteler MM. Epidemiology of Parkinson's disease. Lancet Neurol. 2006 Jun;5(6):525-535.

2. Shulman LM i wsp. Parkinsonism Relat Disord 2002;8(3):193-197.

3. Clarke CE i wsp. Br J Clin Pract 1995;49(6):288-293.

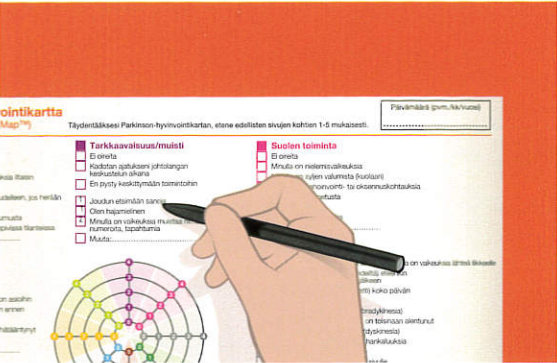
Miten Parkinson-hyvinvointikarttaa (Parkinson's Well-Being Map™) käytetään?



Parkinson-hyvinvointikartta sisältää lomakkeita, joita sinä ja/ tai omaisesi voitte käyttää:

- säännölliseen oireiden seurantaan
- kirjaamaan yhteenvedoa kuluneen kuukauden terveyteen ja hyvinvointiin liittyvistä tiedoista valmistautuessasi vastaanottokäynnille.

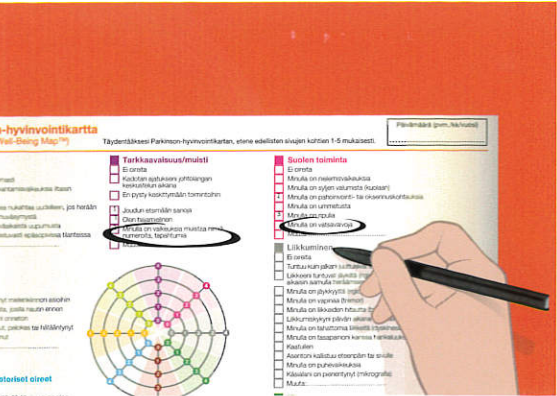
1. Käytä karttaa tunnistamaan oireitasi esiintyminen



- Kirjaa päivämäärä sivun yläreunaan.
- Arvioi yksin tai läheisesi kanssa hyvinvointiisi liittyviä osatekijöitä (esim. mieliala, kipu, liikkuminen jne.), jotka esitetty kartassa eri väreillä tunnistaksesi ne oireet, joita olet tuntenut viimeisen kuukauden aikana.
- Kirjaa jokaisen tunnistetun osatekijän esiintymistiheys vieressä olevaan ruutuun seuraavasti:

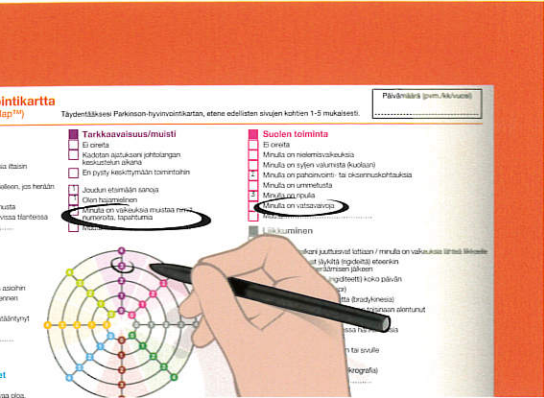
0 = Ei koskaan, 1 = Harvoin, 2 = Toisinaan, 3 = Usein, 4 = Jatkuvasti

2. Ympyröi kaikkein haittaavin oireesi



- Tunnista ja ympyröi sinulle kaikkein haittaavin oire hyvinvointiisi liittyvistä osatekijöistä (esim. mieliala, kipu, liikkuminen jne.).

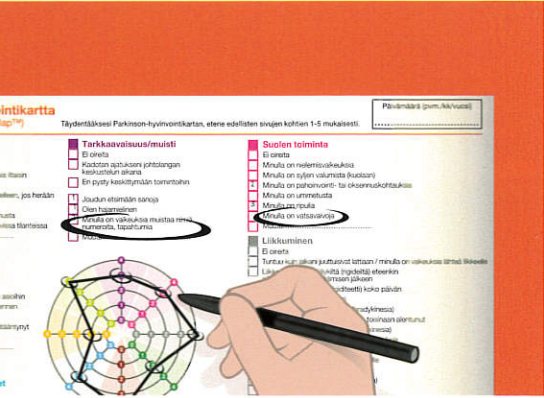
3. Arvioi kaikkein haittaavimman osatekijän esiintymistiheys karttaan



Arvioi kaikkia oireita koskien kaikkein haittaavimman osatekijän (esim. mieliala, kipu, liikkuminen jne.), jotka esitetty kartassa eri väreillä) esiintymistiheyttä ympyröimällä karttaan sopivin numero asteikolla 0-4 seuraavasti:

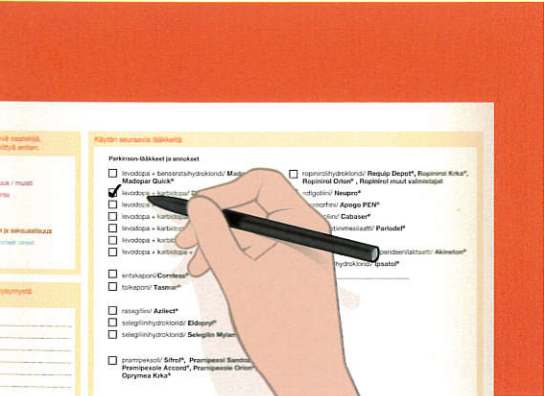
0 = Ei koskaan, 1 = Harvoin, 2 = Toisinaan, 3 = Usein, 4 = Jatkuvasti

4. Yhdistä numerot



Yhdistä antamasi numerot toisiinsa viivalla. Näin saadaan aikaan kuvio, joka antaa visuaalisen kuvan tämänhetkisestä hyvinvoinnistasi.

5. Muut Parkinsonin tautiisi liittyvät tekijät



- Nosta esiin ne osatekijät, joista olet eniten huolissasi.
- Listaa kolme sinulle tärkeintä kysymystä, jotka haluat kysyä hoitotiimiltä seuraavalla vastaanotolla.
- Lääkkeet, joita olet käyttänyt kuluneena ajanjaksona – voit ilmoittaa uusista lääkkeistä, joita olet aloittanut edellisen vastaanoton jälkeen (mukaanlukien myös itsehoitovalmisteita kuten Aspirin® jne.)
- Kun olet täyttänyt kartan valmiiksi, voit ottaa sen mukaasi seuraavalle vastaanotolle ja näyttää tiedot hoitotiimillesi.