

Parkinson-hyvinvointikartta

(Parkinson's Well-Being Map™)

Päivämäärä (pvm./kk/vuosi)

Täydentääksesi Parkinson-hyvinvointikartan, etene edellisten sivujen kohtien 1-5 mukaisesti.

Uinhäiriöt

- Ei oireita
- Nukun levottomasti
- Minulla on nukahtamisvaikeuksia iltaisin
- Heräilen öisin
- Minun on vaikea nukahtaa uudelleen, jos herään
- Minulla on aamuväsymystä
- Minulla on päiväaikaista uupumusta
- Nukahtelen toistuvasti epäsovivissa tilanteissa
- Muuta:.....

Mieliala

- Ei oireita
- Olen menettänyt mielenkiinnon asioihin
- En nauti asioista, joista nautin ennen
- Tunnen olevani onneton
- Olen ahdistunut, pelokas tai hätäntynyt
- Olen masentunut
- Muuta:.....

Muut ei-motoriset oireet

- Ei oireita
- Tunnen pyöryttävää / huimaavaa oloa, kun nousen pystyasentoon
- Kaadun, koska minua huimaa/pyöryttää
- Olen havainnut muutoksia hajui- ja makuistissani
- Painoni on muuttunut (ei liity ruokavalion muutoksiin)
- Hikoilen runsaasti
- Näen tai kuulen asioita, jotka eivät ole todellisia
- Muuta:.....

Tarkkaavaisuus/muisti

- Ei oireita
- Kadotan ajatukseni johtolangan keskustelun aikana
- En pysty keskittymään toimintoihin
- Joudun etsimään sanoja
- Olen hajamielinen
- Minulla on vaikeuksia muistaa nimiä, numeroita, tapahtumia
- Muuta:.....

Suolen toiminta

- Ei oireita
- Minulla on nielemisvaikeuksia
- Minulla on syljen valumista (kuolaan)
- Minulla on pahoinvointi- tai oksennuskohtauksia
- Minulla on ummetusta
- Minulla on ripulia
- Minulla on vatsavaivoja
- Muuta:.....

Liikkuminen

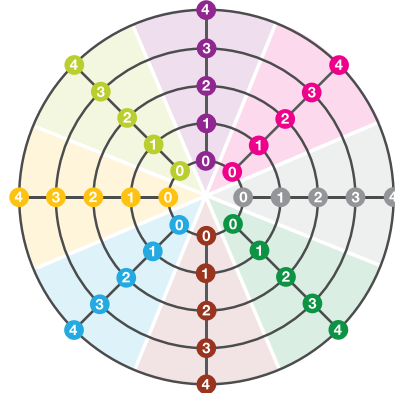
- Ei oireita
- Tuntuu kuin jalkani juuttuisivat lattiaan / minulla on vaikeuksia lähteä liikkeelle
- Liikkeenä tuntuvat jäykiltä (rigideiltä) etenkin aikaisin aamulla heräämisen jälkeen
- Minulla on jäykkyyttä (rigideettiä) koko päivän
- Minulla on vapinaa (tremor)
- Minulla on liikkeiden hitautta (bradykinesia)
- Liikkumiskykyni päivän aikana on toisinaan alentunut
- Minulla on tahattomia liikkeitä (dyskinesia)
- Minulla on tasapainoini kanssa hankaluuksia
- Kaatuilen
- Asentoni kallistuu eteenpäin tai sivulle
- Minulla on puhevaikeuksia
- Käsiäläni on pienentynyt (mikrografia)
- Muuta:.....

Kipu

- Ei oireita
- Minulla on aikaisen aamun kivuliaita lihaskouristuksia (dystonia)
- Raajani ovat päivällä kipeät ja jäykät
- Raajani ovat yöllä kipeät ja jäykät
- Minulla on sähköiskun kaltaista vihlovaa kipua raajojeni tyviosissa
- Minulla on kivuliaita tahattomia liikkeitä (dyskinesia)
- Minulla on ankaraa päänsärkyä
- Muuta:.....

Virtsain ja seksuaalisuus

- Ei oireita
- Tunnen pakottavaa virtsaustarvetta
- Joudun nousemaan öisin virtsaamaan
- Kiinnostukseni seksiä kohtaan on muuttunut
- Minulla on seksiin liittyviä vaikeuksia
- Muuta:.....



Hyvinvointiini liittyvä osatekijä,
johon haluan keskittyä eniten:

- Unihäiriöt
- Tarkkaavaisuus / muisti
- Suolen toiminta
- Liikkuminen
- Kipu
- Virtsaminen ja seksuaalisuus
- Muut ei-motoriset oireet
- Mieliala

Kolme tärkeintä kysymystä
hoitotiimilleni:

- 1
-
- 2
-
- 3
-

Oliko minulla riittävästi aikaa
esittää kaikki kysymykseni?

- Kyllä Ei

Käytän seuraavia lääkkeitä:

Parkinson-lääkkeet ja annokset

- levodopa + benseratsihydrokloridi/ **Madopar[®], Madopar Quick[®]**
- levodopa + karbidopa/ **Duodopa[®]**
- levodopa + karbidopa/ **Kardopal[®]**
- levodopa + karbidopamonoahydraatti/ **Levocar[®]**
- levodopa + karbidopa/ **Sinemet[®]**
- levodopa + karbidopa/ **Sinemet Depot[®]**
- levodopa + karbidopa + entakaponi/ **Stalevo[®]**

- entakaponi/ **Comtess[®]**
- tolkaponi/ **Tasmar[®]**

- rasagiliini/ **Azilect[®]**
- selegiliinihydrokloridi/ **Eldepryl[®]**
- selegiliinihydrokloridi/ **Selegilin Mylan[®]**

- pramipeksoli/ **Sifrol[®], Pramipexol Sandoz[®], Pramipexole Accord[®], Pramipexole Orion[®], Oprymeax Krka[®]**

- ropinirolihydrokloridi/ **Requip Depot[®], Ropinirol Krka[®], Ropinirol Orion[®], Ropinirol muut valmistajat**
- rotigotiini/ **Neupro[®]**
- apomorfiini/ **Apogo PEN[®]**
- kabergoliini/ **Cabaser[®]**
- bromokriptiiniimesilaatti/ **Parlodel[®]**

- biperideenihydrokloridi, biperideenilaktaatti/ **Akineton[®]**
- biperideenihydrokloridi/ **Ipsatol[®]**
- Muu: _____

Itsehoitovalmisteet (esim. Aspirin[®])

-
-