

Omahoitolomake ennen määräaikaikäkäyntiä täytettäväksi

Nimi _____ HeTu _____ päivämäärä _____

Omahoidon ja hoitosuunnitelman merkitys

Pitkäaikaissairauksien hoito ja seuranta perustuu yhdessä tehtyyn hoitosuunnitelmaan. Hoitosuunnitelmassa määritellään, mitkä ovat hoidon tavoitteet, millä keinoilla tavoitteisiin päästään ja kuinka hoitoa seurataan. Täyttämällä tämän Omahoitolomakkeen voit valmistautua vastaanottokäyntiin ja hoitosuunnitelman tekoon tai päivitykseen.

Esitiedot

■ Kuinka voin? Oma arvio voinnistani

■ Mitä sairastan? Milloin sairaus todettiin?

■ Minulle on tehty aiemmin hoitosuunnitelma

■ Kyllä, ajankohta _____

■ Ei

■ En osaa sanoa

■ Miten omahoitooni vaikuttavat asiat toteutuvat tällä hetkellä?

	Kunnossa	Toivon muutosta
■ Uni ja lepo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
■ Liikkuminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
■ Syöminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
■ Suun terveys	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
■ Päihteet, tupakka	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

■ Huolenaiheita, joista haluan keskustella vastaanotolla

■ Millaista tukea toivon?

Jos Sinulla on verenpainetauti, diabetes tai astma, täytähän myös verenpaine seurannan, verensokeri-seurannan tai PEF-seurannan.

