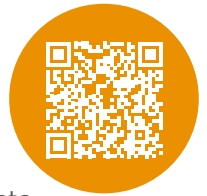


Oireseuranta

Lue lisää PNH:sta!



Terveydentilan muutosten havaitsemiseksi voi olla hyödyllistä pitää kirjaa oireista ja havainnoista sekä verianalyysien tuloksista. Voit käyttää kirjaamiseen tätä oireseurantalistaa tai erillistä sovellusta.

Merkitse vastaus, joka vastaa tarkimmin omaa PNH-kokemustasi.

Montako kertaa olet viime kuukauden aikana kokenut seuraavia:

Vatsakipu?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Rintakipu?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Kipu jaloissa ja/tai selässä?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Nielemisvaikeudet?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Vaikeudet keskittyä/ajatella selkeästi, tai "aivosumu"?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Tarve jättää väliin kiinnostava tapahtuma/harrastus tai sosiaalinen ajanviete PNH-oireiden takia?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Uupumus (voimakas väsymys)?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Päänsärky?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Hengitysvaikeudet tai hengenahdistus?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Univaikeudet?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Heikotus?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Ruokahaluttomuus?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Erektio-ongelmat?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Vähentynyt seksuaalinen halu?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Heikentynyt kyky selviytyä arjesta PNH:n takia?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Heikentynyt työkyky PNH:n takia?

- ☐ En kertaakaan ☐ Muutaman kerran (≤ 3)
☐ Monta kertaa (4+)

Kun olet merkinnyt vastauksesi, voit keskustella tuloksista hoitotiimisi kanssa seuraavalla käynnilläsi.

Jos haluat seurata oireitasi ja arvojasi pitkältä ajalta, voit ladata florio® PNH -sovelluksen oheisen QR koodin avulla.



Huom! Virtsan värin väriskaala löytyy kääntöpuolelta.

Hemoglobiinivirtsaisuus

(tumman värinen virtsa)

Hemoglobiinivirtsaisuus saattaa olla PNH:n oire. Hemoglobiinivirtsaisuus tarkoittaa, että punasolujen proteiini (hemoglobiini) erittyy virtsaan ja aiheuttaa virtsan tummenemisen. Hemoglobiinivirtsaisuus voi toisinaan johtua tulehduksesta. Ole valppaana ja ota yhteyttä terveysasemaan, jos huomaat muutoksia. Alla oleva asteikko voi auttaa selvittämisessä.

Käytä asteikkoa (1–8) virtsasi värin kuvailemiseen.



