

LUPUS-TARKISTUSLISTA

Jos sinulla on systeeminen lupus erythematosus (lupus, SLE), jokaisella oireella on merkitystä. Lupusta sairastavan on tärkeää kertoa lääkärille kaikista oireistaan – myös niistä, joita ei ehkä yhdistäisi lupukseen.

Tämä tarkistuslista ei ole diagnostinen työkalu, eikä täydellinen luettelo kaikista mahdollisista lupusoireista

1. Täytä alla oleva lupus-tarkistuslista ja keskustele oireistasi lääkärisi kanssa jokaisella tapaamisella.
2. Käytä alla olevaa muistiinpanotilaa lääkärin tapaamiseen valmistautumiseen. Vastaanottoajat ovat usein lyhyitä, joten on tärkeää kirjoittaa ylös kaikki mahdolliset kysymykset. Kysymysten pitäminen lyhyinä ja keskittyneinä voi auttaa sinua hyödyntämään yhteistä aikaa.
3. Harkitse läheisen ystävän tai perheenjäsenen ottamista mukaasi tapaamiseen tukemaan sinua ja toimimaan ylimääräisenä korvana. Anna tälle henkilölle tehtäväksi kirjoittaa muistiin lääkärisi antamat tiedot ja vastaukset kysymyksiisi.
4. Keskustele jokaisella tapaamiskerralla kaikista terveytesi muutoksista (myös niistä, joiden et usko liittyvän lupukseen) lääkärisi kanssa, sillä jotkin oireet voivat viitata elinvaurioon. Jos sinulla on useampi kuin yksi lääkäri, varmista, että he kaikki tietävät, mitä muut suosittelevat varmistaakseen, ettei terveydenhoidossasi ole ristiriitoja. Harkitse kopioiden tuomista viimeisimmistä tapaamismuistiinpanoistasi jokaiselle lääkärikäynnille.

Auta lääkäriäsi auttamaan sinua. Käytä tätä tarkistuslistaa tallentaaksesi lupus-oireesi ja tuodaksesi neen jokaiseen tapaamiseen.

MUISTIINPANOT

Oireet	Minulla on ollut tämä oire viimeisestä lääkärikäynnistäni asti	Minulla on ollut tämä oire: tuntia/päivää/viikkoa	Tämä on ensimmäinen kerta, kun minulla on tämä oire
<i>Esim. ihottuma</i>	<input checked="" type="checkbox"/>	<i>3 viikkoa</i>	
Sydän			
Rintakipu	<input type="checkbox"/>		
Hengitysvaikeudet	<input type="checkbox"/>		
Nopea ja/tai Epäsäännöllinen syke	<input type="checkbox"/>		
Keuhkot			
Kipu rinnassa syvään hengittäessä	<input type="checkbox"/>		
Silmät			
Kuivat silmät	<input type="checkbox"/>		
Punaiset silmät	<input type="checkbox"/>		
Näön heikkeneminen	<input type="checkbox"/>		
Veri			
Verenvuotoa ja/tai helposti mustelmat	<input type="checkbox"/>		
Infektioita	<input type="checkbox"/>		
Lihakset ja luut			
Lihasteikkoutta	<input type="checkbox"/>		
Nivelten jäykkyyttä	<input type="checkbox"/>		
Lihassärkyä	<input type="checkbox"/>		
Iho			
Ihottumaa	<input type="checkbox"/>		
Herkistymistä auringolle tai valolle	<input type="checkbox"/>		
Suun tai nenän haavaumat	<input type="checkbox"/>		
Hiusten lähtö	<input type="checkbox"/>		
Aivot			
Kohtauksia (muutoksia käytöksessä, liikkumisessa tai tietoisuudessa)	<input type="checkbox"/>		
Päänsärkyä tai huimausta	<input type="checkbox"/>		
Muistiongelmia / sekavuutta	<input type="checkbox"/>		
Surullisia ajatuksia	<input type="checkbox"/>		
Heikkoutta / tunnottomuutta toisella puolella (esim. toinen käsi heikko tai tunnoton)	<input type="checkbox"/>		
Munuaiset			
Jalkojen turvotus	<input type="checkbox"/>		
Vaahtoava tai verinen virtsa	<input type="checkbox"/>		
Yleisesti			
Väsymystä	<input type="checkbox"/>		
Kuumetta	<input type="checkbox"/>		
Painon vaihtelua	<input type="checkbox"/>		
Huono ruokahalu	<input type="checkbox"/>		
Muuta			
	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>		