



Esitietolomake terveys- ja hoitosuunnitelmaa varten 3.0

Sinulle on varattu vastaanottoaika: ____ / ____ 20 ____ klo _____

Tätä täyttämäsi esitietolomaketta käytetään apuna, kun laadimme yhdessä sinulle terveys- ja hoitosuunnitelman. Terveys- ja hoitosuunnitelman tarkoitus on olla sinulle tukena oman terveytesi ylläpitämisessä ja sairauksien omahoidossa. Kyselyssä on myös vapaita kysymyksiä ja toivomme, että kerrot mieltäsi painavista asioista, jotta voimme ottaa tilanteesi kokonaisvaltaisesti paremmin huomioon. Ota tämä esitietolomake ja viimeaikaiset kotiseurannat (esim. verenpaine, verensokeri, PEF, paino) mukaan käynnille.

Nimi:	Syntymäaika:
Lomakkeen täytössä avusti:	Päivämäärä:
Terveysongelmani ja sairauteni:	
Onko toinen vanhemmista sairastanut sydäninfarktin? Ei <input type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> En tiedä <input type="checkbox"/>	
Onko toinen vanhemmista sairastanut aivohalvauksen? Ei <input type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> En tiedä <input type="checkbox"/>	
Uni ja mieliala: Nukun mielestäni riittävän hyvin: En <input type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/>	
Elämäni tuo iloa / auttaa jaksamaan arjessa:	
Oma arvio voinnistani ja toiveeni muutoksesta:	
Tehdyt leikkaukset / tähystystutkimukset ja vuosi:	

Allergiat (lääkeaine, ruoka-aine ym.):

Nikotiinituotteet, alkoholi ja muut päihteet:

Tupakoin:

En Kyllä savuketta vuorokaudessa: Lopettanut Vuonna:

Käytän muita nikotiinituotteita (esim. nuuska, nikotiinipussi tai sähkötupakka):

En Kyllä Mitä ja kuinka paljon?

Käytän alkoholia:

En Kyllä annosta viikossa (1 annos = 0,33 l keskiolut / 0,12 cl viiniä / 4 cl väkeviä)

Käytän muita päihteitä (esim. huumeita):

En Kyllä Mitä?

Koen haasteita päihteiden käytössä tai muiden riippuvuuksien (esim. huumeet ja rahapelaaminen) hallinnassa:

En Kyllä

Läheiseni ovat olleet huolissaan jostain edellä mainitusta:

Ei Kyllä

Paino:

Pituus:

Hoitooni osallistuvat sosiaali- ja terveydenhuollon yksiköt (esim. yksityislääkäri, työterveyshuolto, TAYS):

Asuminen:

Kerrostalo Rivitalo Paritalo/omakotitalo palvelutalo

Muu Mikä?

Kuvaa asumistasi tarkemmin (esim. asutko yhdessä jonkun kanssa):

Työtilanne / toimeentulo:

Opiskelija Työssä Työtön Eläkkeellä

Muu Mikä?

Sairauslomalla Kuntoutustuella Tarkenna ajanjakso:

Harrastukset ja liikunta:

Ajokortti- ja aselupatiedot:

Aiokortti Ei Kyllä Ajokorttiluokka:

Aselupa Ei Kyllä

Avun tarve (esim. peseytyminen, siivous, laskujen maksaminen, kaupassa käyminen):

Apuvälineet

Ei Kyllä Mitä?

Edunvalvonta

Ei ole tehty Kyllä, mutta ei toistaiseksi voimassa Kyllä, on voimassa

Tarkemmat tiedot:

Syöminen

Syön lähes päivittäin:

Aamupala Lounas Välipala Päivällinen Iltapala

Syömisessäni on hyvää:

Syömiseeni liittyvät huomiot (esim. ateriarytmi, ravinnon monipuolisuus tai haasteet):

Suun terveys

Olen käynyt suuhygienistin tai hammaslääkärin tutkimuksessa / tarkastuksessa viimeisen kahden vuoden aikana (pois lukien päivystysluonteiset käynnit):

En Kyllä

Olen kokenut suuni tai hampaideni terveydentilassa fyysistä (esim. kipu), psyykkistä tai sosiaalista haittaa viimeisen kuukauden aikana:

En Kyllä

Viimeisimmät rokotukset (Voit ottaa rokotustiedot myös mukaasi vastaanotolle):

Käydyt/suunnitellut kuntoutukset (esim. lääkinällinen kuntoutus tai kuntoutuspsykoterapia):

Haluaisin keskustella ammattilaisen kanssa seuraavista aiheista (esim. liikunta, seksuaaliterveys, arjen haasteet):

KÄYTTÖSSÄNI OLEVAT LÄÄKKEET			
Lääke ja sen vahvuus Esim. Atorvastatin 20 mg	Annos 1 tabl x 1	Käyttötarkoitus korkeaan kolesteroliin	Rasti, mikäli käytän lääkettä vain tarvittaessa
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
ITSEHOITOLÄÄKKEET JA LUONTAISTUOTTEET			
Lääke ja sen vahvuus	Annos	Käyttötarkoitus	
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>