

SJEKKLISTE VED ÅRSKONTROLL AV VOKSNE +45 år

1. HVORDAN FUNGERER MIN KROPP?

- tema for samtale med min lege ved Oslo universitetssykehus HF, avdeling for blodsykdommer

✓	Tema	Kommentarer
	Totalt antall blødninger siden forrige årskontroll	
	Hvordan oppsto blødningene?	
	Blødningenes varighet	
	Eventuelle ettervirkning/komplikasjon av blødningene	
	Totalt faktorkonsentratforbruk siden forrige årskontroll	
	Effekt av benyttet faktorkonsentrat	
	Utvikling av blødersykdommen	
	Spesielle leddplager – utvikling siden sist	
	Gjennomgang av resultatene ved forrige årskontroll	
	Profylaktisk faktorbehandling eller behandling ved behov?	
	Problem med vannlatning?	
Andre sykdommer – utvikling		
	<ul style="list-style-type: none">• Status på hepatitt – eventuell behov for behandling?	
	<ul style="list-style-type: none">• Andre sykdommer	
Svar på prøver – utvikling		
	<ul style="list-style-type: none">• Blodtrykk	
	<ul style="list-style-type: none">• Hemoglobin	
	<ul style="list-style-type: none">• Leverprøve	
	<ul style="list-style-type: none">• Faktornivå	
	<ul style="list-style-type: none">• Hjerne og lunger	
	<ul style="list-style-type: none">• Andre prøver	
Komplikasjoner		
	<ul style="list-style-type: none">• Inhibitor	
	<ul style="list-style-type: none">• Problem ved hjemmebehandling?	
	<ul style="list-style-type: none">• Eventuelt behov for inngrep?	
Medisin		
	<ul style="list-style-type: none">• Faste medisiner – status	
	<ul style="list-style-type: none">• Smertemedisiner – status	
	<ul style="list-style-type: none">• Navn på konsentrat og når ble siste transfusjon satt	

SJEKKLISTE VED ÅRSKONTROLL AV VOKSNE +45 år

2. HVORDAN FUNGERER MIN HVERDAG?

- tema for samtale med sosionom og/eller psykolog ved SSD

✓	Tema	Kommentarer
Generell helsestatus og trivsel		
	Sykedager på jobb - årsakssammenhenger	
	Eventuelt sykepenger fra 1. dags sykefravær	
	Min familiesituasjon/mitt sosiale nettverk hjemme og ute	
	Min økonomi, min partner og barn/barnebarn	
Trivsel på arbeidsplassen		
	Behov for tilrettelegging av fysisk arbeidsplass	
	Behov for parkering/parkeringsbevis ved arbeidsplassen	
	Omskolering - hjelp og tilrettelegging	
	Mitt forhold til kolleger på arbeidsplassen	
	Redusert stilling/uføretrygd/alderspensjon, (regelverk)	
Hjelp i hverdagen		
	Gjennomgang av aktuelle hjelpemidler	
	Spesialtilpasset fottøy	
	Tilrettelegging av egen bolig	
	Behov for hjelp hjemme i egen bolig	
	Støtte til kjøp av bil	

Det er viktig at du eller pårørende informerer om blødersykdommen, behandlingen og hvor de skal henvende seg med spørsmål og tvil. Senter for sjeldne diagnoser er behjelpelig med informasjon og veiledning.

SJEKKLISTE VED ÅRSKONTROLL AV VOKSNE +45 år

3. HVORDAN ER MIN FYSISKE TILSTAND?

- tema for samtale med fysioterapeut ved Oslo universitetssykehus HF

✓	Tema	Kommentarer
	Trening	
	Gjennomgang av mine treningsaktiviteter	
	Hvordan fungerer treningsaktivitetene for meg?	
	Forslag til egnede øvelser / trening	
	Belysning ved lite eller ingen aktivitet	
	Opptrening før og etter ortopediske inngrep	
	Behov for rehabilitering etter operasjon	
	Spesielle leddproblemer	
	Hvordan er status på mine ledd? Bevegelse og smerter.	
	Har det vært noen endring det siste året?	
	Hvordan fungerer jeg i det daglige?	
	Klarer jeg de aktivitetene / oppgavene jeg ønsker?	