## Cienījamais pacient!

## Lai veicinātu veselības stāvokļa kvalitatīvāku izvērtējumu un laicīgu onkoloģisko saslimšanu diagnostiku, esat aicināts pirms ģimenes ārsta apmeklējuma atbildēt uz dažiem jautājumiem un aizpildīt Onkoloģiskās modrības karti, ko vizītes laikā atdot savam ģimenes ārstam vai māsai! Ja rodas jautājumi vai neskaidrības, droši jautā ārstniecības personālam!

## ONKOLOĢISKĀS MODRĪBAS KARTE

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Jautājums | **Nē** | Jā |
| Vai esat krities(usies) svarā pēdējā pusgada laikā? |  |  |
| Vai pēdējā laikā Jums ir paaugstināta temperatūra? |  | Līdz 38oC; virs 38oC; drebuļi ; kaulus lauzoša sajūta  |
| Vai pēdējos mēnešos jūtat pastiprinātu nespēku un nogurumu? |  |  |
| Vai esat saņēmusi(is) uzaicinājumu uz valsts skrīninga programmu? |  | Mamogrāfijas (sievietēm vecumā no 50 līdz 69 gadiem; vēstules izsūta reizi divos gados) , dzemdes kakla citoloģiskā izmeklēšana (sievietēm vecumā no 25 līdz 70 gadiem; vēstuli izsūta reizi trijos gados) , slēptās asinis fēcēs (gan sievietēm, gan vīriešiem vecumā no 50 līdz 74 gadiem reizi gadā pie ģimenes ārsta)  |
| Vai esat veikusi (veicis) skrīninga izmeklējumu saistībā ar uzaicinājumu? |  | Mamogrāfijas (sievietēm vecumā no 50 līdz 69 gadiem) , dzemdes kakla citoloģiskā izmeklēšana (sievietēm vecumā no 25 līdz 70 gadiem) , slēptās asinis fēcēs (gan sievietēm, gan vīriešiem vecumā no 50 līdz 74 gadiem)  |
| Vai tuvi radinieki ir slimojuši ar ļaundabīgiem audzējiem? (lokalizācija, kādā vecumā saslimuši) |  | Māte \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Tēvs \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Brāļi/māsas \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Mātes līnija \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Tēva līnija \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Vai lietojat alkoholu? |  | Ļoti reti ; pāris reizes nedēļā ; bieži  |
| Vai smēķējat? |  | Jā , vairāk kā vienu paciņu dienā ; mazāk kā paciņu dienā ; pāris cigaretes nedēļā ; smēķēju cigārus ; lietoju zelējamo tabaku ; smēķēju no \_\_\_\_\_ gadu vecuma; esmu atmetis smēķēšanu, kaut agrāk smēķēju ; kopumā esmu smēķējis(usi) \_\_\_\_\_ gadus |
| Vai pēdējā laikā esat ievērojis(usi) kādus neparastus izdalījumus vai asiņošanu? |  | no deguna ; atklepojot ; atvemjot ;no krūtsgaliem ; no dzimumceļiem ;no tūpļa atveres . |
| Jautājums | **Nē** | Jā |
| Vai pēdējā laikā esat ievērojis(usi) kādas pārmaiņas vēdera izejā vai urinējot? |  | Neizskaidrojamas caurejas ; aizcietējums ;izkārnījumu krāsas pārmaiņas ; asiņu piejaukums fēcēm; tenesmi (bieža urinācija vai defekācija mazām devām, bez ilgstoša atvieglojuma);sāpes defekācijas laikā ; gļotu izdalīšanās no tūpļa atveres ; diegveida izkārnījumi ; spēja nepieciešamība apmeklēt tualeti pēc maltītes ; sāpes urinācijas laikā ; strūklas pārmaiņas ; urīna krāsas pārmaiņas ; asiņu piejaukums urīnam , nepilnīgas pūšļa iztukšošanās sajūta pēc urinācijas . |
| Vai pēdējā laikā pats(i) esat sev sataustījis(usi) vai ievērojis(usi) kādus neparastus sacietējumus, veidojumus vai bumbuļus? |  | Uz kakla ; virs atslēgas kaula ; padusēs ; krūtīs ; zem ādas ; cirkšņos ; sēklinieku maisiņos . |
| Vai uz ādas ir kādi neparasti pigmentveidojumi (kur)? |  | Pigmentveidojumi, kas atšķiras no pārējiem pigmentveidojumiem \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Vai pēdējā laikā esat ievērojis(usi) kāda esošā pigmentveidojuma (uz ādas) pārmaiņas? |  | Parādījies jauns ; palielinājies ; tā robežas kļuvušas robainas ; mainījusies krāsa vai virsma ; tas asiņo, sulo vai zvīņojas . |
| Vai Jums ir kāds ilgstoši nedzīstošs pušums, ādas plaisājums, puscaurspīdīgs mezgliņš ar vaļņveidīgu maliņu, nenoejošas krevelītes? |  |   |
| Vai pēdējā laikā esat aizsmacis (aizsmakusi), vai ir kādas citādas balss pārmaiņas?  |  | Runājot ; dziedot  |
| Vai pēdējo 2 mēnešu laikā Jums ir klepus vai klepus rakstura pārmaiņas (kairinošs, sauss, mitrs)? |  |   |
| Vai Jums ir rīšanas grūtības? |  | Jūtat kumosa virzīšanos uz leju ; biežas šķietamas aizrīšanās epizodes ; sāpes rīšanas laikā ; apgrūtināta cietas barības norīšana ; apgrūtināta šķidras barības norīšana ; apgrūtināta šķidruma norīšana . |

***Pateicamies par veltīto laiku un līdzdalību savas veselības saglabāšanā!***