

Evaluarea sănătății sistemului digestiv

Chestionar pentru pacient



Susținută de



www.digestie.ro



Chestionar de evaluare a sănătății sistemului digestiv

(se va completa de către pacient)

Numele

Data

Disconfortul digestiv poate include simptome, cum ar fi balonarea, senzația de greutate sau modificări ale tranzitului intestinal, care sunt adesea dificil și stânjenitor de discutat cu alte persoane. Nu sunteți un caz unic, aceste simptome sunt foarte frecvente. Dacă veți discuta despre acestea cu medicul dumneavoastră, veți putea colabora pentru a identifica metode prin care puteți scăpa de disconfortul digestiv.

Acest chestionar simplu vă poate oferi o perspectivă generală asupra sănătății sistemului dumneavoastră digestiv.

Vă rugăm să completați întrebările simple de mai jos și să le folosiți ca punct de plecare pentru o discuție cu medicul dumneavoastră.

- Cuvântul „abdomen” este folosit pentru a face referire la cavitatea abdominală/burtă/stomac
- Unele dintre întrebări se referă la eliminarea scaunului (defecație). Aceasta înseamnă mersul la toaletă pentru alt motiv decât pentru a urina (a elimina conținutul vezicii urinare)
- Dacă vă veți înțelege simptomele, medicul dumneavoastră va putea să vă ofere cele mai bune sfaturi referitoare la modul în care trebuie abordate acestea și veți putea să luați împreună măsuri pentru îmbunătățirea calității vieții
- Când răspundeți la aceste întrebări, gândiți-vă la ultimele 4 săptămâni.

1. V-ați confruntat cu disconfort digestiv cum ar fi senzație de greutate în abdomen, balonare, durere de burtă, modificări ale tranzitului intestinal, flatulență sau alt tip de senzație de disconfort la nivel abdominal?

Niciodată

Uneori

Adesea

De cele mai multe ori

Întotdeauna

2. Cât de des ați resimțit disconfort sau durere cu orice localizare în abdomen?

În fiecare zi

1 zi pe lună

2-3 zile pe lună

1 zi pe săptămână

Niciodată

3. Această senzație de disconfort / durere se ameliorează sau dispare după defecație?

Niciodată

Uneori

Adesea

De cele mai multe ori

Întotdeauna

4. Ați avut mai multe scaune la momentul apariției acestei senzații de disconfort / durerii?

Niciodată

Uneori

Adesea

De cele mai multe ori

Întotdeauna

5. Ați avut scaune cu consistență dură sau cu aspect de bucăți mici, dure la momentul apariției acestei senzații de disconfort / durerii?

- Niciodată
- Uneori
- Adesea
- De cele mai multe ori
- Întotdeauna

6. Cât de des v-au cauzat insomnii sau v-au trezit din somn senzația de disconfort abdominal / durerea?

- Niciodată
- Uneori
- Adesea
- De cele mai multe ori
- Întotdeauna

7. Cât de des simțiți nevoia de a vă forța pentru a defeca?

- Niciodată
- Uneori
- Adesea
- De cele mai multe ori
- Întotdeauna

8. Cât de des simțiți că nu ați eliminat complet conținutul intestinului după o defecație?

- Niciodată
- Uneori
- Adesea
- De cele mai multe ori
- Întotdeauna

9. Cât de des v-ați confruntat cu scaune neformate, moi sau apoase?

- Niciodată
- Uneori
- Adesea
- De cele mai multe ori
- Întotdeauna

10. Cât de des vă simțiți balonat/ă?

- Niciodată
- Uneori
- Adesea
- De cele mai multe ori
- Întotdeauna

11. Cât de des resimțiți o senzație neplăcută de preaplin după o masă obișnuită?

- Niciodată
- Uneori
- Adesea
- De cele mai multe ori
- Întotdeauna

12. Cât de des resimțiți distensie abdominală (creșterea în volum a abdomenului)?

- Niciodată
- Uneori
- Adesea
- De cele mai multe ori
- Întotdeauna

Senzația de disconfort digestiv este adesea stânjenitoare, motiv pentru care suntem reticenți în a discuta despre simptomele cu care ne confruntăm.

Acest material are scopul:

- De a vă facilita dumneavoastră și pacientului discuțiile despre sănătatea sistemului digestiv și despre confortul digestiv al pacientului
- De a vă ajuta să colaborați cu pacientul pentru a rezolva problemele digestive cu care se confruntă

Pentru a valorifica la maximum acest material:

- Încurajați pacientul să completeze „Chestionarul de evaluare a sănătății sistemului digestiv” în timpul consultației
- Utilizați răspunsurile pentru a-l convinge să discute despre simptomele de disconfort digestiv pe care le are, cum ar fi balonare, modificări ale tranzitului intestinal, flatulență etc.
- Asigurați-vă că ați înțeles simptomele pacientului reformulând și/sau repetând afirmațiile acestuia
- Oferiți sfaturi care îl vor motiva pe pacient să preia controlul în ceea ce privește managementul stării de sănătate a sistemului său digestiv

Încurajați pacienții să adopte un comportament regulat

Atenția acordată organismului dumneavoastră și obișnuința de a avea scaune regulate ar putea face diferența pentru tranzitul și confortul digestiv. Senzația de defecație este determinată de ajungerea materiilor fecale la nivelul rectului, care apare cel mai adesea dimineața sau după o masă. Atenție însă, senzația imperioasă de a defeca nu trebuie în niciun caz ignorată, indiferent de momentul la care apare.