ПОГОВОРИТЕ С ВРАЧОМ О ПРОГРЕССИИ

По мере прогрессирования рассеянного склероза (РС) очень важно держать симптомы под контролем. Обсуждайте с врачом любые замеченные изменения, подключите близкого человека к данным обсуждениям. Есть 2 способа повысить эффективность таких бесед:

ОБДУМАЙТЕ

Оцените, изменилось ли течение РС, и если да, то каким образом .

ДЕЙСТВУЙТЕ

Обсудите с врачом вероятность прогрессирования .

Возьмите заполненный опросник на следующий прием у врача.
Чтобы отслеживать вероятность прогрессирования РС было проще, отвечайте на вопросы и заполняйте опросник каждые 3–6 месяцев.

НАЧНЕМ

ОБДУМАЙТЕ

ОЦЕНИТЕ, ИЗМЕНИЛОСЬ ЛИ ТЕЧЕНИЕ РС СО ВРЕМЕНЕМ

РС проявляется у всех по-разному, и со временем картина симптомов меняется. Установив факт и характер изменения симптомов, пусть даже минимального, лечащий врач определит, прогрессирует ли РС.

КАК ВЫ ОЦЕНИВАЕТЕ ПЕРЕЧИСЛЕННОЕ НИЖЕ ПО СРАВНЕНИЮ С ТЕМ, ЧТО БЫЛО 6–12 МЕСЯЦЕВ НАЗАД?

СИМПТОМЫ	Без изменений	Немного хуже	Значительно хуже	Новый симптом
Трудности с удерживанием предметов (кружки, ручки и др.)	☐	☐	☐	☐
Нарушения концентрации и внимания	☐	☐	☐	☐
Сильная усталость или повышенная сонливость	☐	☐	☐	☐
Проблемы с отправлением естественных нужд, в т. ч. недержание мочи, запоры или частое вставание по ночам	☐	☐	☐	☐
Нарушения равновесия или потребность в опоре при ходьбе	☐	☐	☐	☐
Мышечные спазмы или боль в суставах	☐	☐	☐	☐
Как бы Вы оценили симптомы в целом?	☐	☐	☐	☐

Другие новые или усилившиеся симптомы: _____

ОБОСТРЕНИЯ*	Да	Нет
Прекратились ли у Вас обострения?	☐	☐
Если обострения случаются, восстанавливается ли состояние между ними до исходного?	☐	☐

Если обострения случаются, то как часто? _____

Дополнительные сведения об обострениях: _____

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ	Без изменений	Больше	Меньше
Число рабочих дней, пропущенных в связи с РС (для работающих)	☐	☐	☐
Частота пропуска семейных мероприятий или других встреч	☐	☐	☐
Домашние обязанности (приготовление пищи, уборка и т.д.), ставшие недоступными для выполнения	☐	☐	☐
Количество препаратов, требующихся для контроля симптомов (боли, головокружения и т. д.)	☐	☐	☐
Степень зависимости от ухаживающего лица и помощи других людей	☐	☐	☐
Число шагов за день	☐	☐	☐

Дополнительные сведения о влиянии РС на повседневную жизнь: _____

* Обострения — это периоды выраженного проявления симптомов РС длительностью от одного дня до нескольких месяцев.

ДЕЙСТВУЙТЕ

КАК НАЧАТЬ БЕСЕДУ НА СЛЕДУЮЩЕМ ПРИЕМЕ

Не всегда понятно, что именно спрашивать у врача. Но для того, чтобы сохранять контроль над РС, необходимо открыто обсуждать любые изменения самочувствия. В качестве поддержки возьмите на прием близкого человека. Перед очередным приемом просмотрите свои ответы в разделе «Обдумайте» на предыдущей странице. Возможно, Вы или близкий человек отметите для себя какие-то особенно интересующие вопросы — в этом случае их можно записать ниже.

НИЖЕ ПРИВЕДЕНЫ ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО ЗАДАТЬ ВРАЧУ:

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ

- Означает ли изменение симптоматики, что у меня ВПРС?
- Что я могу сделать, чтобы держать симптомы под контролем?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Что это значит, если характер обострений изменился или они прекратились вовсе, но в целом состояние ухудшилось?
- Некоторые симптомы продолжают усиливаться даже после прекращения обострений. О чем это может говорить?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Каких результатов Вы ждете от текущего плана лечения?
- Оправдываются ли Ваши ожидания касательно плана лечения?

Когда Вы последний раз были у лечащего врача?

Перечислите все препараты для лечения РС, которые Вы принимаете в настоящее время.

Перечислите препараты для лечения РС, которые Вы принимали ранее (если применимо).

Принимаете ли Вы какие-либо препараты или биодобавки по поводу других заболеваний?

ЗАМЕТКИ:

Вы можете и дальше отслеживать симптомы, обращаясь к врачу или медсестре за новым экземпляром данной брошюры раз в несколько месяцев. ***Регулярно посещайте врача и сообщайте ему обо всех изменениях своего состояния.***

ОБДУМАЙТЕ

ОЦЕНИТЕ, ИЗМЕНИЛОСЬ ЛИ ТЕЧЕНИЕ РС СО ВРЕМЕНЕМ

РС проявляется у всех по-разному, и со временем картина симптомов меняется. Установив факт и характер изменения симптомов, пусть даже минимального, лечащий врач определит, прогрессирует ли РС.

КАК ВЫ ОЦЕНИВАЕТЕ ПЕРЕЧИСЛЕННОЕ НИЖЕ ПО СРАВНЕНИЮ С ТЕМ, ЧТО БЫЛО 6–12 МЕСЯЦЕВ НАЗАД?

СИМПТОМЫ	Без изменений	Немного хуже	Значительно хуже	Новый симптом
Трудности с удерживанием предметов (кружки, ручки и др.)	☐	☐	☐	☐
Нарушения концентрации и внимания	☐	☐	☐	☐
Сильная усталость или повышенная сонливость	☐	☐	☐	☐
Проблемы с отправлением естественных нужд, в т. ч. недержание мочи, запоры или частое вставание по ночам	☐	☐	☐	☐
Нарушения равновесия или потребность в опоре при ходьбе	☐	☐	☐	☐
Мышечные спазмы или боль в суставах	☐	☐	☐	☐
Как бы Вы оценили симптомы в целом?	☐	☐	☐	☐

Другие новые или усилившиеся симптомы: _____

ОБОСТРЕНИЯ*	Да	Нет
Прекратились ли у Вас обострения?	☐	☐
Если обострения случаются, восстанавливается ли состояние между ними до исходного?	☐	☐

Если обострения случаются, то как часто? _____

Дополнительные сведения об обострениях: _____

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ	Без изменений	Больше	Меньше
Число рабочих дней, пропущенных в связи с РС (для работающих)	☐	☐	☐
Частота пропуска семейных мероприятий или других встреч	☐	☐	☐
Домашние обязанности (приготовление пищи, уборка и т.д.), ставшие недоступными для выполнения	☐	☐	☐
Количество препаратов, требующихся для контроля симптомов (боли, головокружения и т. д.)	☐	☐	☐
Степень зависимости от ухаживающего лица и помощи других людей	☐	☐	☐
Число шагов за день	☐	☐	☐

Дополнительные сведения о влиянии РС на повседневную жизнь: _____

* Обострения — это периоды выраженного проявления симптомов РС длительностью от одного дня до нескольких месяцев.

ДЕЙСТВУЙТЕ

КАК НАЧАТЬ БЕСЕДУ НА СЛЕДУЮЩЕМ ПРИЕМЕ

Не всегда понятно, что именно спрашивать у врача. Но для того, чтобы сохранять контроль над РС, необходимо открыто обсуждать любые изменения самочувствия. В качестве поддержки возьмите на прием близкого человека. Перед очередным приемом просмотрите свои ответы в разделе «Обдумайте» на предыдущей странице. Возможно, Вы или близкий человек отметите для себя какие-то особенно интересующие вопросы — в этом случае их можно записать ниже.

НИЖЕ ПРИВЕДЕНЫ ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО ЗАДАТЬ ВРАЧУ:

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ

- Означает ли изменение симптоматики, что у меня ВПРС?
- Что я могу сделать, чтобы держать симптомы под контролем?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Что это значит, если характер обострений изменился или они прекратились вовсе, но в целом состояние ухудшилось?
- Некоторые симптомы продолжают усиливаться даже после прекращения обострений. О чем это может говорить?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Каких результатов Вы ждете от текущего плана лечения?
- Оправдываются ли Ваши ожидания касательно плана лечения?

Когда Вы последний раз были у лечащего врача?

Перечислите все препараты для лечения РС, которые Вы принимаете в настоящее время.

Перечислите препараты для лечения РС, которые Вы принимали ранее (если применимо).

Принимаете ли Вы какие-либо препараты или биодобавки по поводу других заболеваний?

ЗАМЕТКИ:

Вы можете и дальше отслеживать симптомы, обращаясь к врачу или медсестре за новым экземпляром данной брошюры раз в несколько месяцев. ***Регулярно посещайте врача и сообщайте ему обо всех изменениях своего состояния.***

ОБДУМАЙТЕ

ОЦЕНИТЕ, ИЗМЕНИЛОСЬ ЛИ ТЕЧЕНИЕ РС СО ВРЕМЕНЕМ

РС проявляется у всех по-разному, и со временем картина симптомов меняется. Установив факт и характер изменения симптомов, пусть даже минимального, лечащий врач определит, прогрессирует ли РС.

КАК ВЫ ОЦЕНИВАЕТЕ ПЕРЕЧИСЛЕННОЕ НИЖЕ ПО СРАВНЕНИЮ С ТЕМ, ЧТО БЫЛО 6–12 МЕСЯЦЕВ НАЗАД?

СИМПТОМЫ	Без изменений	Немного хуже	Значительно хуже	Новый симптом
Трудности с удерживанием предметов (кружки, ручки и др.)	☐	☐	☐	☐
Нарушения концентрации и внимания	☐	☐	☐	☐
Сильная усталость или повышенная сонливость	☐	☐	☐	☐
Проблемы с отправлением естественных нужд, в т. ч. недержание мочи, запоры или частое вставание по ночам	☐	☐	☐	☐
Нарушения равновесия или потребность в опоре при ходьбе	☐	☐	☐	☐
Мышечные спазмы или боль в суставах	☐	☐	☐	☐
Как бы Вы оценили симптомы в целом?	☐	☐	☐	☐

Другие новые или усилившиеся симптомы: _____

ОБОСТРЕНИЯ*	Да	Нет
Прекратились ли у Вас обострения?	☐	☐
Если обострения случаются, восстанавливается ли состояние между ними до исходного?	☐	☐

Если обострения случаются, то как часто? _____

Дополнительные сведения об обострениях: _____

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ	Без изменений	Больше	Меньше
Число рабочих дней, пропущенных в связи с РС (для работающих)	☐	☐	☐
Частота пропуска семейных мероприятий или других встреч	☐	☐	☐
Домашние обязанности (приготовление пищи, уборка и т.д.), ставшие недоступными для выполнения	☐	☐	☐
Количество препаратов, требующихся для контроля симптомов (боли, головокружения и т. д.)	☐	☐	☐
Степень зависимости от ухаживающего лица и помощи других людей	☐	☐	☐
Число шагов за день	☐	☐	☐

Дополнительные сведения о влиянии РС на повседневную жизнь: _____

* Обострения — это периоды выраженного проявления симптомов РС длительностью от одного дня до нескольких месяцев.

ДЕЙСТВУЙТЕ

КАК НАЧАТЬ БЕСЕДУ НА СЛЕДУЮЩЕМ ПРИЕМЕ

Не всегда понятно, что именно спрашивать у врача. Но для того, чтобы сохранять контроль над РС, необходимо открыто обсуждать любые изменения самочувствия. В качестве поддержки возьмите на прием близкого человека. Перед очередным приемом просмотрите свои ответы в разделе «Обдумайте» на предыдущей странице. Возможно, Вы или близкий человек отметите для себя какие-то особенно интересующие вопросы — в этом случае их можно записать ниже.

НИЖЕ ПРИВЕДЕНЫ ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО ЗАДАТЬ ВРАЧУ:

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ

- Означает ли изменение симптоматики, что у меня ВПРС?
- Что я могу сделать, чтобы держать симптомы под контролем?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Что это значит, если характер обострений изменился или они прекратились вовсе, но в целом состояние ухудшилось?
- Некоторые симптомы продолжают усиливаться даже после прекращения обострений. О чем это может говорить?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Каких результатов Вы ждете от текущего плана лечения?
- Оправдываются ли Ваши ожидания касательно плана лечения?

Когда Вы последний раз были у лечащего врача?

Перечислите все препараты для лечения РС, которые Вы принимаете в настоящее время.

Перечислите препараты для лечения РС, которые Вы принимали ранее (если применимо).

Принимаете ли Вы какие-либо препараты или биодобавки по поводу других заболеваний?

ЗАМЕТКИ:

Вы можете и дальше отслеживать симптомы, обращаясь к врачу или медсестре за новым экземпляром данной брошюры раз в несколько месяцев. ***Регулярно посещайте врача и сообщайте ему обо всех изменениях своего состояния.***

ОБДУМАЙТЕ

ОЦЕНИТЕ, ИЗМЕНИЛОСЬ ЛИ ТЕЧЕНИЕ РС СО ВРЕМЕНЕМ

РС проявляется у всех по-разному, и со временем картина симптомов меняется. Установив факт и характер изменения симптомов, пусть даже минимального, лечащий врач определит, прогрессирует ли РС.

КАК ВЫ ОЦЕНИВАЕТЕ ПЕРЕЧИСЛЕННОЕ НИЖЕ ПО СРАВНЕНИЮ С ТЕМ, ЧТО БЫЛО 6–12 МЕСЯЦЕВ НАЗАД?

СИМПТОМЫ	Без изменений	Немного хуже	Значительно хуже	Новый симптом
Трудности с удерживанием предметов (кружки, ручки и др.)	☐	☐	☐	☐
Нарушения концентрации и внимания	☐	☐	☐	☐
Сильная усталость или повышенная сонливость	☐	☐	☐	☐
Проблемы с отправлением естественных нужд, в т. ч. недержание мочи, запоры или частое вставание по ночам	☐	☐	☐	☐
Нарушения равновесия или потребность в опоре при ходьбе	☐	☐	☐	☐
Мышечные спазмы или боль в суставах	☐	☐	☐	☐
Как бы Вы оценили симптомы в целом?	☐	☐	☐	☐

Другие новые или усилившиеся симптомы: _____

ОБОСТРЕНИЯ*	Да	Нет
Прекратились ли у Вас обострения?	☐	☐
Если обострения случаются, восстанавливается ли состояние между ними до исходного?	☐	☐

Если обострения случаются, то как часто? _____

Дополнительные сведения об обострениях: _____

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ	Без изменений	Больше	Меньше
Число рабочих дней, пропущенных в связи с РС (для работающих)	☐	☐	☐
Частота пропуска семейных мероприятий или других встреч	☐	☐	☐
Домашние обязанности (приготовление пищи, уборка и т.д.), ставшие недоступными для выполнения	☐	☐	☐
Количество препаратов, требующихся для контроля симптомов (боли, головокружения и т. д.)	☐	☐	☐
Степень зависимости от ухаживающего лица и помощи других людей	☐	☐	☐
Число шагов за день	☐	☐	☐

Дополнительные сведения о влиянии РС на повседневную жизнь: _____

* Обострения — это периоды выраженного проявления симптомов РС длительностью от одного дня до нескольких месяцев.

ДЕЙСТВУЙТЕ

КАК НАЧАТЬ БЕСЕДУ НА СЛЕДУЮЩЕМ ПРИЕМЕ

Не всегда понятно, что именно спрашивать у врача. Но для того, чтобы сохранять контроль над РС, необходимо открыто обсуждать любые изменения самочувствия. В качестве поддержки возьмите на прием близкого человека. Перед очередным приемом просмотрите свои ответы в разделе «Обдумайте» на предыдущей странице. Возможно, Вы или близкий человек отметите для себя какие-то особенно интересующие вопросы — в этом случае их можно записать ниже.

НИЖЕ ПРИВЕДЕНЫ ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО ЗАДАТЬ ВРАЧУ:

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ

- Означает ли изменение симптоматики, что у меня ВПРС?
- Что я могу сделать, чтобы держать симптомы под контролем?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Что это значит, если характер обострений изменился или они прекратились вовсе, но в целом состояние ухудшилось?
- Некоторые симптомы продолжают усиливаться даже после прекращения обострений. О чем это может говорить?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Каких результатов Вы ждете от текущего плана лечения?
- Оправдываются ли Ваши ожидания касательно плана лечения?

Когда Вы последний раз были у лечащего врача?

Перечислите все препараты для лечения РС, которые Вы принимаете в настоящее время.

Перечислите препараты для лечения РС, которые Вы принимали ранее (если применимо).

Принимаете ли Вы какие-либо препараты или биодобавки по поводу других заболеваний?

ЗАМЕТКИ:

Вы можете и дальше отслеживать симптомы, обращаясь к врачу или медсестре за новым экземпляром данной брошюры раз в несколько месяцев. ***Регулярно посещайте врача и сообщайте ему обо всех изменениях своего состояния.***

ОБДУМАЙТЕ

ОЦЕНИТЕ, ИЗМЕНИЛОСЬ ЛИ ТЕЧЕНИЕ РС СО ВРЕМЕНЕМ

РС проявляется у всех по-разному, и со временем картина симптомов меняется. Установив факт и характер изменения симптомов, пусть даже минимального, лечащий врач определит, прогрессирует ли РС.

КАК ВЫ ОЦЕНИВАЕТЕ ПЕРЕЧИСЛЕННОЕ НИЖЕ ПО СРАВНЕНИЮ С ТЕМ, ЧТО БЫЛО 6–12 МЕСЯЦЕВ НАЗАД?

СИМПТОМЫ	Без изменений	Немного хуже	Значительно хуже	Новый симптом
Трудности с удерживанием предметов (кружки, ручки и др.)	☐	☐	☐	☐
Нарушения концентрации и внимания	☐	☐	☐	☐
Сильная усталость или повышенная сонливость	☐	☐	☐	☐
Проблемы с отправлением естественных нужд, в т. ч. недержание мочи, запоры или частое вставание по ночам	☐	☐	☐	☐
Нарушения равновесия или потребность в опоре при ходьбе	☐	☐	☐	☐
Мышечные спазмы или боль в суставах	☐	☐	☐	☐
Как бы Вы оценили симптомы в целом?	☐	☐	☐	☐

Другие новые или усилившиеся симптомы: _____

ОБОСТРЕНИЯ*	Да	Нет
Прекратились ли у Вас обострения?	☐	☐
Если обострения случаются, восстанавливается ли состояние между ними до исходного?	☐	☐

Если обострения случаются, то как часто? _____

Дополнительные сведения об обострениях: _____

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ	Без изменений	Больше	Меньше
Число рабочих дней, пропущенных в связи с РС (для работающих)	☐	☐	☐
Частота пропуска семейных мероприятий или других встреч	☐	☐	☐
Домашние обязанности (приготовление пищи, уборка и т.д.), ставшие недоступными для выполнения	☐	☐	☐
Количество препаратов, требующихся для контроля симптомов (боли, головокружения и т. д.)	☐	☐	☐
Степень зависимости от ухаживающего лица и помощи других людей	☐	☐	☐
Число шагов за день	☐	☐	☐

Дополнительные сведения о влиянии РС на повседневную жизнь: _____

* Обострения — это периоды выраженного проявления симптомов РС длительностью от одного дня до нескольких месяцев.

ДЕЙСТВУЙТЕ

КАК НАЧАТЬ БЕСЕДУ НА СЛЕДУЮЩЕМ ПРИЕМЕ

Не всегда понятно, что именно спрашивать у врача. Но для того, чтобы сохранять контроль над РС, необходимо открыто обсуждать любые изменения самочувствия. В качестве поддержки возьмите на прием близкого человека. Перед очередным приемом просмотрите свои ответы в разделе «Обдумайте» на предыдущей странице. Возможно, Вы или близкий человек отметите для себя какие-то особенно интересующие вопросы — в этом случае их можно записать ниже.

НИЖЕ ПРИВЕДЕНЫ ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО ЗАДАТЬ ВРАЧУ:

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ

- Означает ли изменение симптоматики, что у меня ВПРС?
- Что я могу сделать, чтобы держать симптомы под контролем?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Что это значит, если характер обострений изменился или они прекратились вовсе, но в целом состояние ухудшилось?
- Некоторые симптомы продолжают усиливаться даже после прекращения обострений. О чем это может говорить?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Каких результатов Вы ждете от текущего плана лечения?
- Оправдываются ли Ваши ожидания касательно плана лечения?

Когда Вы последний раз были у лечащего врача?

Перечислите все препараты для лечения РС, которые Вы принимаете в настоящее время.

Перечислите препараты для лечения РС, которые Вы принимали ранее (если применимо).

Принимаете ли Вы какие-либо препараты или биодобавки по поводу других заболеваний?

ЗАМЕТКИ:

Вы можете и дальше отслеживать симптомы, обращаясь к врачу или медсестре за новым экземпляром данной брошюры раз в несколько месяцев. ***Регулярно посещайте врача и сообщайте ему обо всех изменениях своего состояния.***

ОБДУМАЙТЕ

ОЦЕНИТЕ, ИЗМЕНИЛОСЬ ЛИ ТЕЧЕНИЕ РС СО ВРЕМЕНЕМ

РС проявляется у всех по-разному, и со временем картина симптомов меняется. Установив факт и характер изменения симптомов, пусть даже минимального, лечащий врач определит, прогрессирует ли РС.

КАК ВЫ ОЦЕНИВАЕТЕ ПЕРЕЧИСЛЕННОЕ НИЖЕ ПО СРАВНЕНИЮ С ТЕМ, ЧТО БЫЛО 6–12 МЕСЯЦЕВ НАЗАД?

СИМПТОМЫ	Без изменений	Немного хуже	Значительно хуже	Новый симптом
Трудности с удерживанием предметов (кружки, ручки и др.)	☐	☐	☐	☐
Нарушения концентрации и внимания	☐	☐	☐	☐
Сильная усталость или повышенная сонливость	☐	☐	☐	☐
Проблемы с отправлением естественных нужд, в т. ч. недержание мочи, запоры или частое вставание по ночам	☐	☐	☐	☐
Нарушения равновесия или потребность в опоре при ходьбе	☐	☐	☐	☐
Мышечные спазмы или боль в суставах	☐	☐	☐	☐
Как бы Вы оценили симптомы в целом?	☐	☐	☐	☐

Другие новые или усилившиеся симптомы: _____

ОБОСТРЕНИЯ*	Да	Нет
Прекратились ли у Вас обострения?	☐	☐
Если обострения случаются, восстанавливается ли состояние между ними до исходного?	☐	☐

Если обострения случаются, то как часто? _____

Дополнительные сведения об обострениях: _____

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ	Без изменений	Больше	Меньше
Число рабочих дней, пропущенных в связи с РС (для работающих)	☐	☐	☐
Частота пропуска семейных мероприятий или других встреч	☐	☐	☐
Домашние обязанности (приготовление пищи, уборка и т.д.), ставшие недоступными для выполнения	☐	☐	☐
Количество препаратов, требующихся для контроля симптомов (боли, головокружения и т. д.)	☐	☐	☐
Степень зависимости от ухаживающего лица и помощи других людей	☐	☐	☐
Число шагов за день	☐	☐	☐

Дополнительные сведения о влиянии РС на повседневную жизнь: _____

* Обострения — это периоды выраженного проявления симптомов РС длительностью от одного дня до нескольких месяцев.

ДЕЙСТВУЙТЕ

КАК НАЧАТЬ БЕСЕДУ НА СЛЕДУЮЩЕМ ПРИЕМЕ

Не всегда понятно, что именно спрашивать у врача. Но для того, чтобы сохранять контроль над РС, необходимо открыто обсуждать любые изменения самочувствия. В качестве поддержки возьмите на прием близкого человека. Перед очередным приемом просмотрите свои ответы в разделе «Обдумайте» на предыдущей странице. Возможно, Вы или близкий человек отметите для себя какие-то особенно интересующие вопросы — в этом случае их можно записать ниже.

НИЖЕ ПРИВЕДЕНЫ ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО ЗАДАТЬ ВРАЧУ:

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ

- Означает ли изменение симптоматики, что у меня ВПРС?
- Что я могу сделать, чтобы держать симптомы под контролем?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Что это значит, если характер обострений изменился или они прекратились вовсе, но в целом состояние ухудшилось?
- Некоторые симптомы продолжают усиливаться даже после прекращения обострений. О чем это может говорить?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Каких результатов Вы ждете от текущего плана лечения?
- Оправдываются ли Ваши ожидания касательно плана лечения?

Когда Вы последний раз были у лечащего врача?

Перечислите все препараты для лечения РС, которые Вы принимаете в настоящее время.

Перечислите препараты для лечения РС, которые Вы принимали ранее (если применимо).

Принимаете ли Вы какие-либо препараты или биодобавки по поводу других заболеваний?

ЗАМЕТКИ:

Вы можете и дальше отслеживать симптомы, обращаясь к врачу или медсестре за новым экземпляром данной брошюры раз в несколько месяцев. ***Регулярно посещайте врача и сообщайте ему обо всех изменениях своего состояния.***

ОБДУМАЙТЕ

ОЦЕНИТЕ, ИЗМЕНИЛОСЬ ЛИ ТЕЧЕНИЕ РС СО ВРЕМЕНЕМ

РС проявляется у всех по-разному, и со временем картина симптомов меняется. Установив факт и характер изменения симптомов, пусть даже минимального, лечащий врач определит, прогрессирует ли РС.

КАК ВЫ ОЦЕНИВАЕТЕ ПЕРЕЧИСЛЕННОЕ НИЖЕ ПО СРАВНЕНИЮ С ТЕМ, ЧТО БЫЛО 6–12 МЕСЯЦЕВ НАЗАД?

СИМПТОМЫ	Без изменений	Немного хуже	Значительно хуже	Новый симптом
Трудности с удерживанием предметов (кружки, ручки и др.)	☐	☐	☐	☐
Нарушения концентрации и внимания	☐	☐	☐	☐
Сильная усталость или повышенная сонливость	☐	☐	☐	☐
Проблемы с отправлением естественных нужд, в т. ч. недержание мочи, запоры или частое вставание по ночам	☐	☐	☐	☐
Нарушения равновесия или потребность в опоре при ходьбе	☐	☐	☐	☐
Мышечные спазмы или боль в суставах	☐	☐	☐	☐
Как бы Вы оценили симптомы в целом?	☐	☐	☐	☐

Другие новые или усилившиеся симптомы: _____

ОБОСТРЕНИЯ*	Да	Нет
Прекратились ли у Вас обострения?	☐	☐
Если обострения случаются, восстанавливается ли состояние между ними до исходного?	☐	☐

Если обострения случаются, то как часто? _____

Дополнительные сведения об обострениях: _____

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ	Без изменений	Больше	Меньше
Число рабочих дней, пропущенных в связи с РС (для работающих)	☐	☐	☐
Частота пропуска семейных мероприятий или других встреч	☐	☐	☐
Домашние обязанности (приготовление пищи, уборка и т.д.), ставшие недоступными для выполнения	☐	☐	☐
Количество препаратов, требующихся для контроля симптомов (боли, головокружения и т. д.)	☐	☐	☐
Степень зависимости от ухаживающего лица и помощи других людей	☐	☐	☐
Число шагов за день	☐	☐	☐

Дополнительные сведения о влиянии РС на повседневную жизнь: _____

* Обострения — это периоды выраженного проявления симптомов РС длительностью от одного дня до нескольких месяцев.

ДЕЙСТВУЙТЕ

КАК НАЧАТЬ БЕСЕДУ НА СЛЕДУЮЩЕМ ПРИЕМЕ

Не всегда понятно, что именно спрашивать у врача. Но для того, чтобы сохранять контроль над РС, необходимо открыто обсуждать любые изменения самочувствия. В качестве поддержки возьмите на прием близкого человека. Перед очередным приемом просмотрите свои ответы в разделе «Обдумайте» на предыдущей странице. Возможно, Вы или близкий человек отметите для себя какие-то особенно интересующие вопросы — в этом случае их можно записать ниже.

НИЖЕ ПРИВЕДЕНЫ ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО ЗАДАТЬ ВРАЧУ:

ВЛИЯНИЕ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ

- Означает ли изменение симптоматики, что у меня ВПРС?
- Что я могу сделать, чтобы держать симптомы под контролем?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Что это значит, если характер обострений изменился или они прекратились вовсе, но в целом состояние ухудшилось?
- Некоторые симптомы продолжают усиливаться даже после прекращения обострений. О чем это может говорить?

ИЗМЕНЕНИЕ ХАРАКТЕРА ОБОСТРЕНИЙ

- Каких результатов Вы ждете от текущего плана лечения?
- Оправдываются ли Ваши ожидания касательно плана лечения?

Когда Вы последний раз были у лечащего врача?

Перечислите все препараты для лечения РС, которые Вы принимаете в настоящее время.

Перечислите препараты для лечения РС, которые Вы принимали ранее (если применимо).

Принимаете ли Вы какие-либо препараты или биодобавки по поводу других заболеваний?

ЗАМЕТКИ:

Вы можете и дальше отслеживать симптомы, обращаясь к врачу или медсестре за новым экземпляром данной брошюры раз в несколько месяцев. ***Регулярно посещайте врача и сообщайте ему обо всех изменениях своего состояния.***

Только для медицинских и фармацевтических работников. Для распространения на территории РФ в местах проведения медицинских или фармацевтических выставок, семинаров, конференций и иных подобных мероприятий и в предназначенных для медицинских и фармацевтических работников специализированных печатных изданиях. Использованные изображения не являются изображениями реальных пациентов.

Материал разработан при поддержке ООО «Новартис Фарма». Материал является научно-образовательным и направлен на повышение профессионального уровня специалистов здравоохранения.

ООО «Новартис Фарма», 125315, г. Москва, пр-кт Ленинградский, д. 70,
тел. +7 (495) 967-12-70, факс +7 (495) 967-12-68, www.novartis.ru

11302794/OFA/DIG/11.2024/0