

## ASIAKKAAN ELÄMÄNLAATU JA MUUTOS

Tämän lomakkeen täyttämistä voi kokeilla yhdessä asiakkaan kanssa niin, että asiakas vastaa. Jos asiakkaalla on hankaluuksia ymmärtää kysyttyä tai hahmottaa kuvia, niin tämän voi tehdä asiakkaan ja hänen tukihenkilönsä kanssa.

### Miten liikut TÄNÄÄN?

 <p>Liikun itsenäisesti eikä minulla ole ongelmia siinä.</p>	 <p>Minulla on jonkin verran ongelmia liikkumisessa.</p>	 <p>Minulla on paljon ongelmia liikkumisessa.</p>
---	---	--


### Miten liikut \_\_\_\_\_ sitten? (esim. viime viikolla, puoli vuotta sitten, viime jouluna)

 <p>Liikun itsenäisesti eikä minulla ole ongelmia siinä.</p>	 <p>Minulla on jonkin verran ongelmia kävelemissä.</p>	 <p>Minulla on paljon ongelmia kävelemissä.</p>
---	---	--

*Kehitysvammaisen henkilön terveydenhuollon palvelupolut*

**ITSESTÄ HUOLEHTIMINEN (puen, pesen itseni)**

**Miten huolehdit itsestäsi TÄNÄÄN?**

 <p><b>Minulla ei ole ongelmia peseytymisessä tai päälle pukemisessa</b></p>	 <p><b>Minulla on jonkin verran ongelmia peseytymisessä ja päälle pukemisessa</b></p>	 <p><b>Minulla on paljon ongelmia peseytymisessä ja päälle pukemisessa.</b></p>
---	--	--

**Miten huolehdit itsestäsi \_\_\_\_\_ sitten?** (käytä samaa kuin ensimmäisellä sivulla)

 <p><b>Minulla ei ole ongelmia peseytymisessä tai päälle pukemisessa</b></p>	 <p><b>Minulla on jonkin verran ongelmia peseytymisessä ja päälle pukemisessa</b></p>	 <p><b>Minulla on paljon ongelmia peseytymisessä ja päälle pukemisessa.</b></p>
---	--	--

ARJEN AKTIVITEETIT (harrastukset, kotityöt, työssä käynti, opiskelu, päivä- tai työtoiminta)

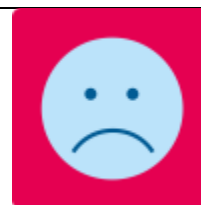
Pystytkö tekemään arkeesi kuuluvia asioita TÄNÄÄN?



Minulla ei ole ongelmia tehdä arkeeni kuuluvia asioita.



Minulle on jonkin verran ongelmia tehdä arkeeni kuuluvia asioita.



Minulla on erittäin paljon ongelmia tehdä arkeeni kuuluvia asioita

Pystytkö tekemään arkeesi kuuluvia asioita \_\_\_\_\_ sitten?

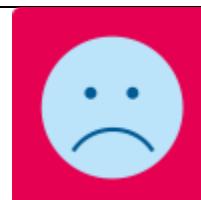
(käytä samaa kuin ensimmäisellä sivulla)



Minulla ei ole ongelmia tehdä arkeeni kuuluvia asioita.



Minulle on jonkin verran ongelmia tehdä arkeeni kuuluvia asioita.




Minulla on erittäin paljon ongelmia tehdä arkeeni kuuluvia asioita

*Kehitysvammaisen henkilön terveydenhuollon palvelupolut*

**KIPU/ EPÄMUKAVUUS**

**Onko sinulla kipuja tai tunnetko olosi epämukavaksi TÄNÄÄN?**

 <p><b>Minulla ei ole kipuja ja voin hyvin</b></p>	  <p><b>Minulle on jonkin verran kipuja. Välillä minulla on huono olla.</b></p>	  <p><b>Minulla on erittäin paljon kipuja. Minun on koko ajan vaikeaa olla.</b></p>
---	---	---




**Olitko kipeä tai tunsitko olosi huonoksi \_\_\_\_\_ sitten?** (käytä samaa kuin ensimmäisellä sivulla)

 <p><b>Minulla ei ole kipuja ja voin hyvin</b></p>	  <p><b>Minulle on jonkin verran kipuja. Välillä minulla on huono olla.</b></p>	  <p><b>Minulla on erittäin paljon kipuja. Minun on koko ajan vaikeaa olla.</b></p>
---	---	---

*Kehitysvammaisen henkilön terveydenhuollon palvelupolut*




**HUOLI, SURULLINEN TAI ONNETON**

**Oletko huolissasi, surullinen tai onneton tänään?**

 <p><b>Minä en ole huolissani, surullinen tai onneton</b></p>	 <p><b>Olen vähän huolissani, surullinen tai onneton.</b></p>	 <p><b>Olen todella huolissani, surullinen tai onneton</b></p>
--	--	---

**Olitko huolissasi, surullinen tai onneton \_\_\_\_\_ sitten?**

(käytä samaa kuin ensimmäisellä sivulla)

 <p><b>Minä en ole huolissani, surullinen tai onneton</b></p>	 <p><b>Olen vähän huolissani, surullinen tai onneton.</b></p>	 <p><b>Olen todella huolissani, surullinen tai onneton</b></p>
--	--	---

*Kehitysvammaisen henkilön terveydenhuollon palvelupolut*

KUINKA HYVÄ ON TERVEYTESI JUURI TÄNÄÄN?



Minusta olisi mukavaa tietää, kuinka hyvä tai huono terveytesi on juuri TÄNÄÄN?

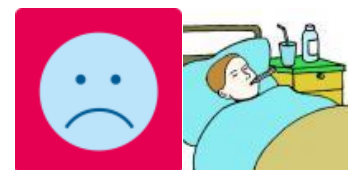
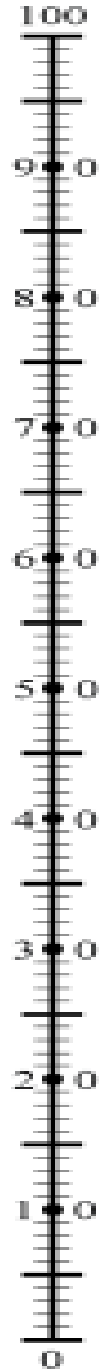
Oheinen jana on numeroitu 1-100.

- 100 tarkoittaa parasta terveyttä, minkä voit ajatella
- 0 tarkoittaa huonointa terveyttä, mitä voit ajatella

1. Osaisitko kertoa, millaiseksi tunnet terveytesi TÄNÄÄN?
2. Osaisitko kuvailla, millaiseksi tunsit vointiasi

\_\_\_\_\_ sitten?

(käytä samaa kuin ensimmäisellä sivulla)



*Kehitysvammaisen henkilön terveydenhuollon palvelupolut*



## Huomioita käyttöön

Lomakkeen ohessa tehdyt muistiinpanot asiakkaan pohdinnasta ovat tärkeitä. Sillä tavoin voi hahmottaa asiakkaan normaalin tilanteen ja siihen tulleet muutokset; esim. ”Minulla on aina ollut ongelmia liikkumisessa. Minulla on tavallisesti käytössäni rollaattori. Nyt pystyn taas käyttämään sitä, enkä ole pyörätuolissa.”

Kuvat ja kohdat täytyy selittää aina. Esimerkkejä kunkin kohdan kuvaamisessa kannattaa ottaa henkilön omasta arkiympäristöstä ja kiinnittää ajankohtia henkilön omaan arkeen.

Viimeisen sivun asteikko voi olla vaikeaa hahmottaa. VAS –kipumittarin kuvaversio voi antaa paremman vastauksen kivun ja voinnin suhteen.

## Mittarin lähteenä on käytetty:

### EQ-5D – toimintakyvyn mittari

<http://www.euroqol.org/>

Viiden kohdan TÄNÄÄN –kohdat mukailevat mittaria. Arviointiosuus on Tapa –projektin oma kokeilu hahmottaa kehitysvammaisen henkilön voinnin muutosta.

### Toimia –tietokannan arvio mittarista

<http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/arviointi/100/>

*Kehitysvammaisen henkilön terveydenhuollon palvelupolut*