

Lisa 1. 2. tüüpi diabeedi diagnoosiga patsiendi tervisekäitumise hindamine

Hinnake patsiendi tervisekäitumist ja dokumenteerige tulemused regulaarselt, lähtudes patsiendi probleemidest ja kasutatavatest sekkumistest.

Vähemalt üks kord aastas tehke terviklik hindamine.

Toitumine
Toidukordade arv ja regulaarsus päevas
Toidupüramiidi järgimine
Kindla dieedi järgimine
Toitumise muutus alates haiguse diagnoosimisest
Ülekaalu või rasvumise esinemine
Hindamisel saab abivahendina kasutada toidupäevikut.
Kehaline aktiivsus
Istudes veedetud aeg päeva jooksul
Liikumine päeva jooksul, liikumisviis
Aeroobne treening (kestus päevas, nädalas, intensiivsus)
Vastupanutreening (kestus päevas, nädalas, intensiivsus)
Hindamisel saab abivahendina kasutada liikumispüramiidi.
Emotsionaalne heaolu
Meeleolu viimase kahe nädala jooksul
Ärevuse esinemine, suurenemine võrreldes varasemaga
Mure haiguse pärast
Kognitsioon (vajadusel)
Hindamisel saab abivahendina kasutada küsimustikku EEK-2.
Unehügieen
Uneaja kestus öösel, uinumise ja ärkamise aeg
Une kvaliteetv
Hindamisel saab abivahendina kasutada unepäevikut.
Tubaka- või nikotiinitoodete tarvitamine
Nikotiinisõltuvuse hindamine (vajadusel)
Loobumiseks valmisoleku ja motivatsiooni hindamine (vajadusel)
Hindamisel saab abivahendina kasutada Fagerströmi nikotiinisõltuvuse testi; loobumissoovi, loobumise tähtsuse ja eneseusu skaalat.
Alkoholarvitamine
Hindamisel saab abivahendina kasutada AUDIT-testi.
Toimetulek haiguse ja igapäevaeluga
Veresuhkru kontroll
Ravimite kasutamine
Haigusega toimetulek
Toimetulek igapäevaelu toimingutega