

# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

podpira komunikacijo pri Parkinsonovi bolezni

# Uvod

**Parkinsonova bolezen** je progresivna, kronična, neurodegenerativna bolezen, ki v razvitih državah prizadene 1 od 100 bolnikov, starejših od 60 let.<sup>1</sup> Bolezen je manj pogosta pri bolnikih, mlajših od 50 let. Za Parkinsonovo bolezen so značilni motorični simptomi, kot so težave z gibanjem. Najbolj značilen je tremor. Parkinsonova bolezen je povezana tudi s simptomi, ki niso neposredno povezani z gibanjem. To so nemotorični simptomi, ki so kar pri 59 % posvetov bolnikov<sup>2</sup> z nevrologi<sup>3</sup> spregledani. Pogosto jih bolniki ne opišejo, zato niso prepoznani in zdravljeni.

**Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™** je razvita za izboljšanje komunikacije bolnika s Parkinsonovo boleznijo z njegovimi skrbniki.

Z uporabo Mape dobrega počutja lahko:

- **spremljate stanje bolezni**
- **vodite pregled nad motoričnimi in nemotoričnimi simptomi**
- **izkoristite pogovor z zdravnikom za pomembna in osredotočena vprašanja**

*Zdravljenje Parkinsonove bolezni je pogosto omejeno na zdravljenje klasičnih motoričnih simptomov. Nemotorični simptomi ravno tako prizadenejo počutje bolnika kot motorični simptomi. Zato je pomembno, da je zdravljenje Parkinsonove bolezni celostno. Nemotorični simptomi so lahko učinkovito zdravljeni, če jih prepoznamo dovolj zgodaj.*

1. de Lau LM, Breteler MM. Epidemiology of Parkinson's disease. *Lancet Neurol.* 2006 Jun;5(6):525-35.

2. Shulman LM *et al.* *Parkinsonism Relat Disord* 2002;8(3):193-197

3. Clarke CE *et al.* *Br J Clin Pract* 1995;49(6):288-293

# Kako uporabljamo Mapo dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™



Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™ vsebuje več izvodov, ki jih lahko uporabljate za:

1. spremljanje simptomov v določenem času
2. povzetek in pregled nad zdravjem in počutjem v preteklem mesecu ter za pripravo na posvet z izbranim zdravnikom



S partnerjem ali skrbnikom preglejte vse kategorije simptomov (npr. motnje spanja) in označite, kako vas določen simptom obremenjuje. Datum vpišite na vrhu strani.

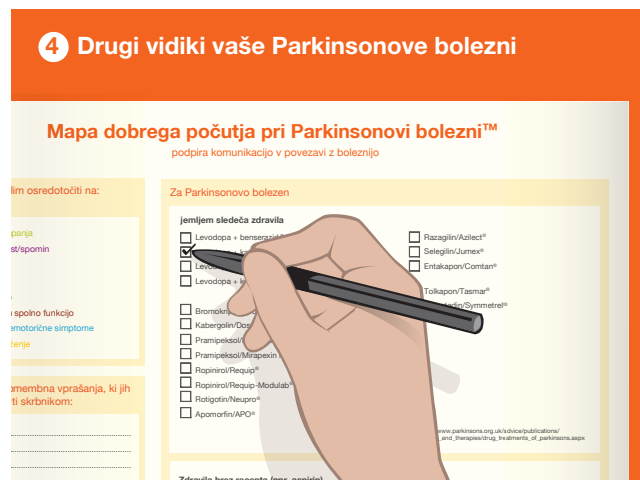


Za vsak simptom ocenite, kako vas obremenjuje na lestvici od **0 do 4**, kjer je pomen na lestvici naslednji:

0 = nikoli 1 = občasno 2 = včasih 3 = pogosto 4 = vedno



Številke, ki ste jih obkrožili, povežite v linije. To bo ustvarilo vzorec, ki bo prikazal vizualni zapis vašega trenutnega počutja.



1. Označite simptom, ki vas najbolj obremenjuje
2. Pripravite seznam treh najbolj pomembnih vprašanj, ki jih želite zastaviti skrbnikom
3. Označite zdravila, s katerimi ste zdravljeni v tem obdobju. Morda boste želeli izpostaviti nova zdravila, ki ste jih prejeli ob zadnjem posvetu (vključno z zdravili brez recepta, npr. aspirin)
4. Izpolnjeno Mapo dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™ prinesite s seboj na pregled in se posvetujte s skrbniki.

# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Težko zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

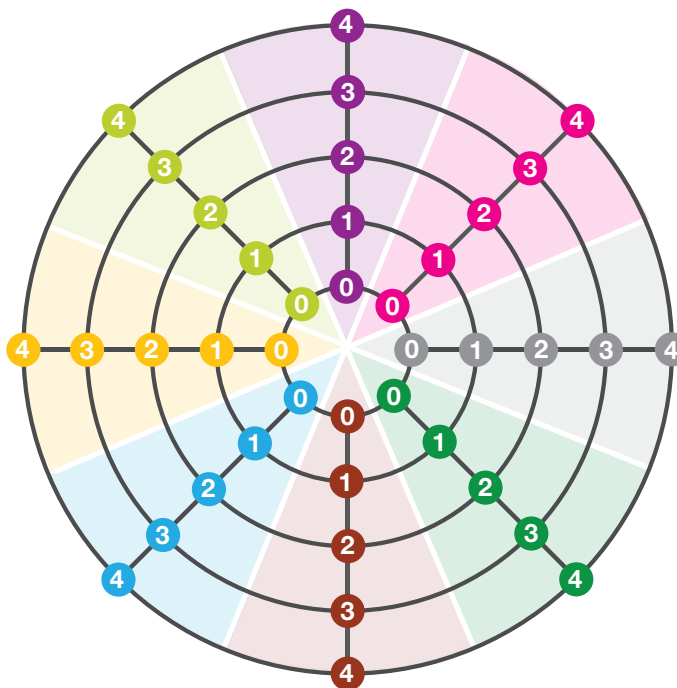
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

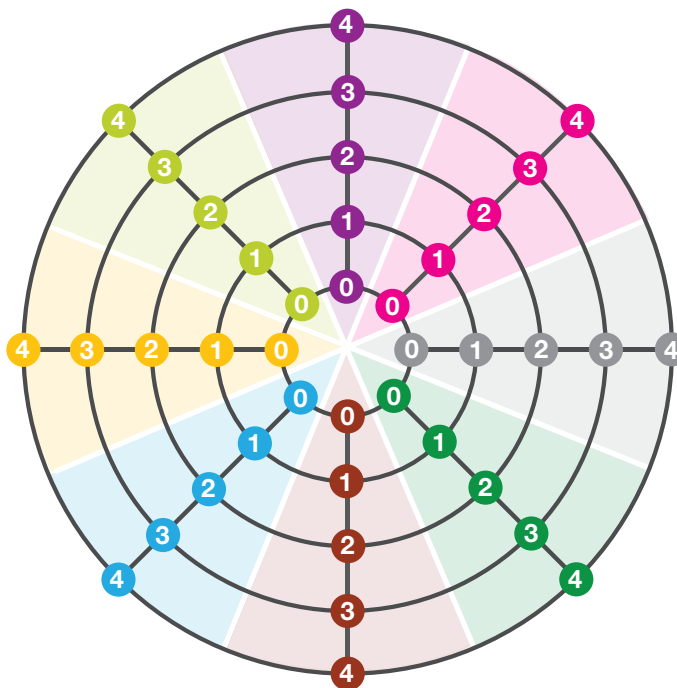
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

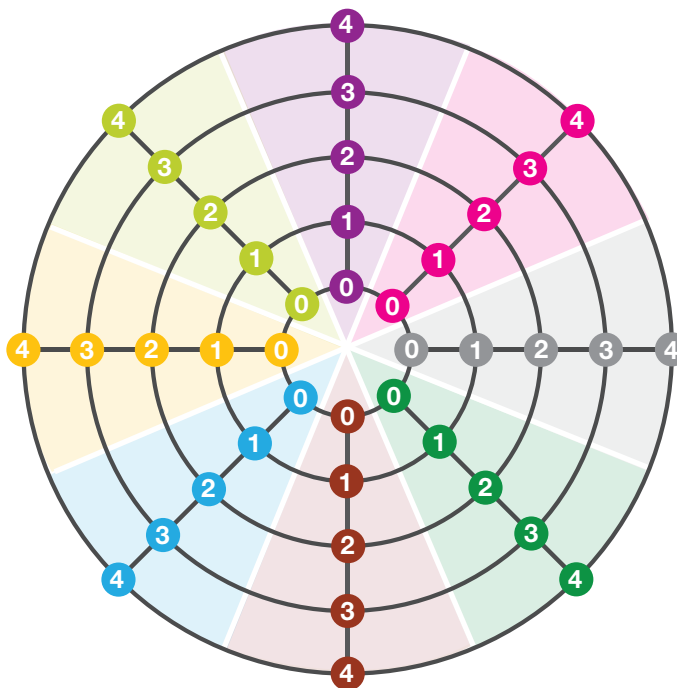
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

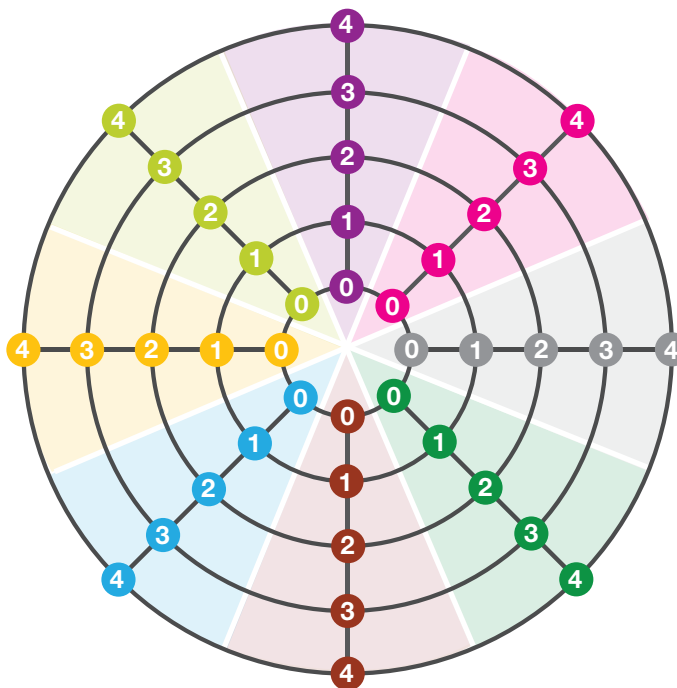
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

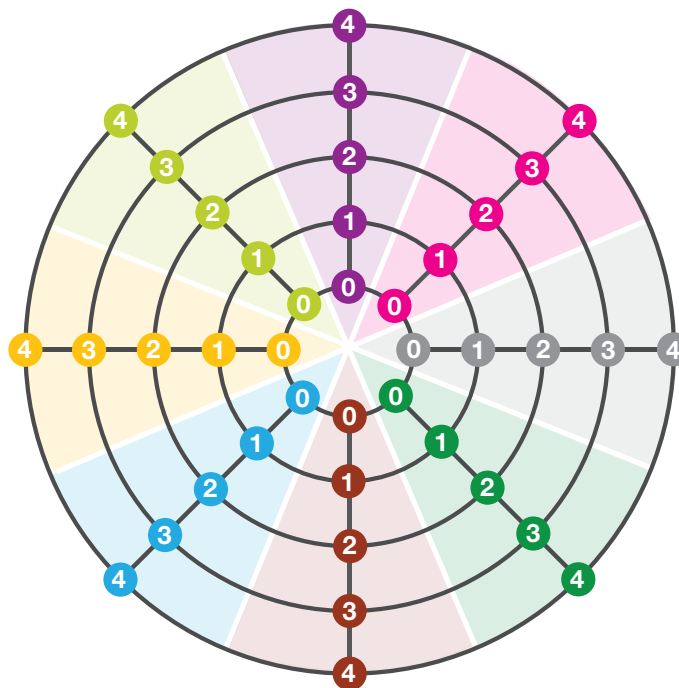
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....





# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omtičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

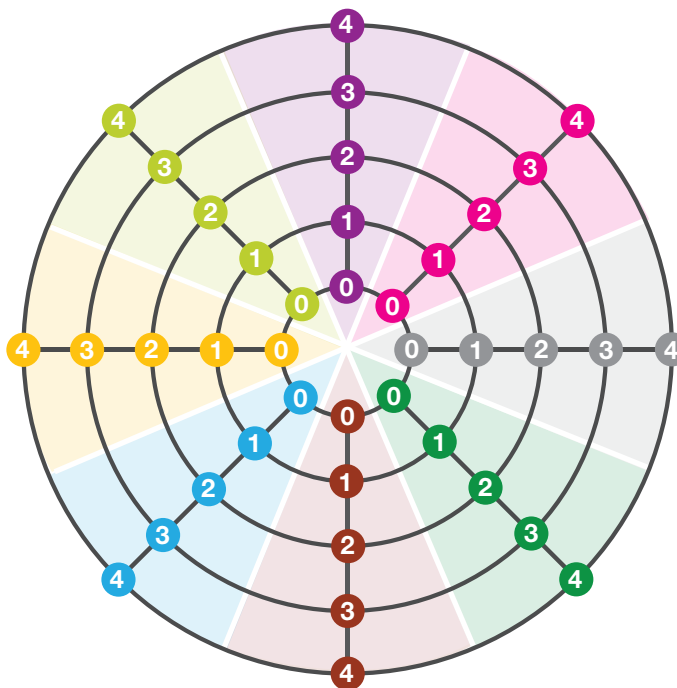
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

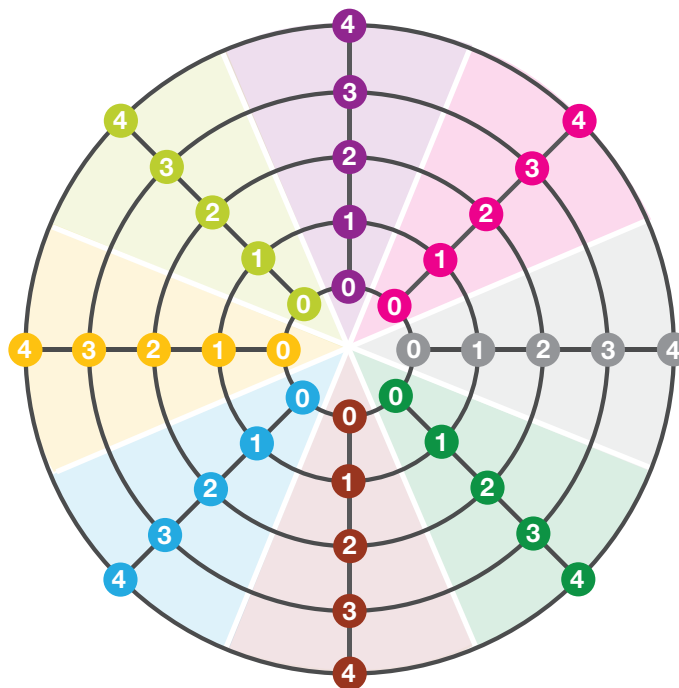
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

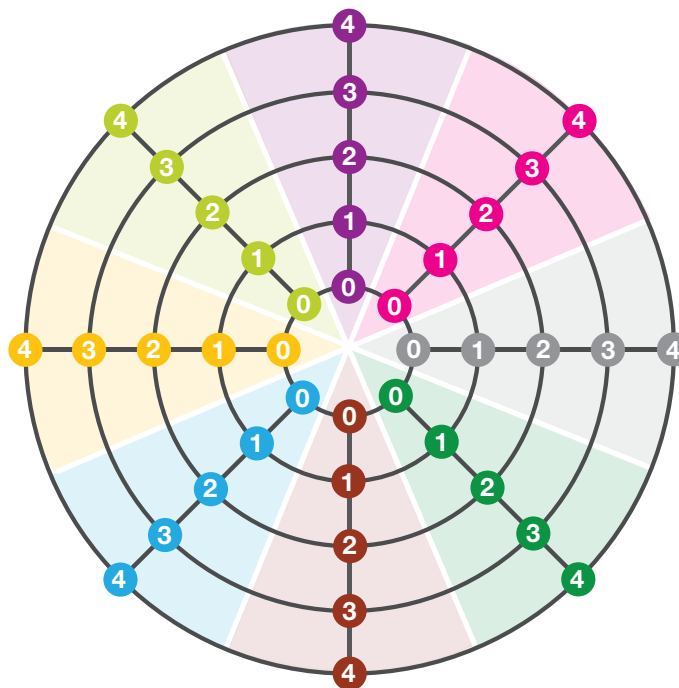
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

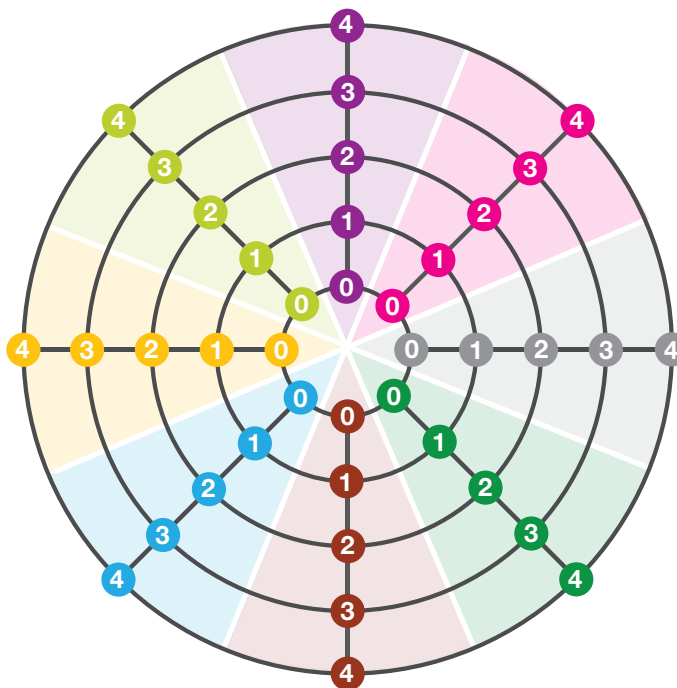
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omtičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

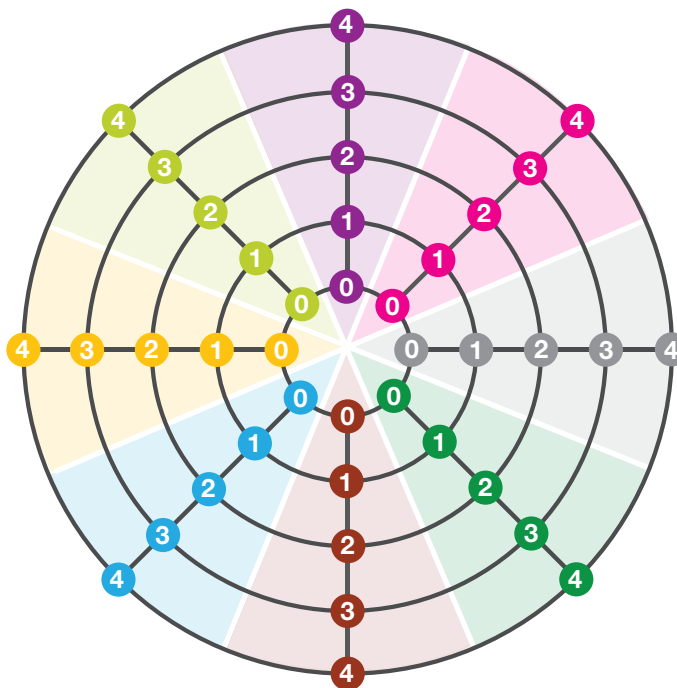
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

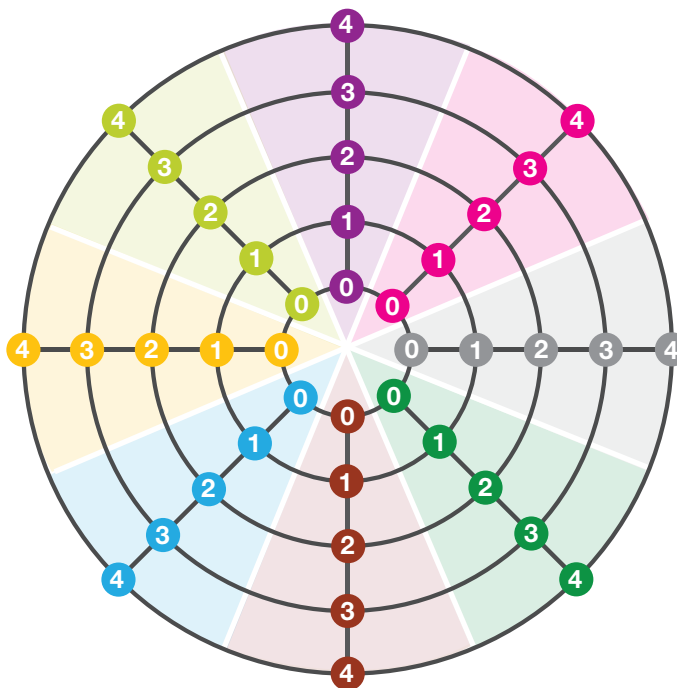
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omtičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

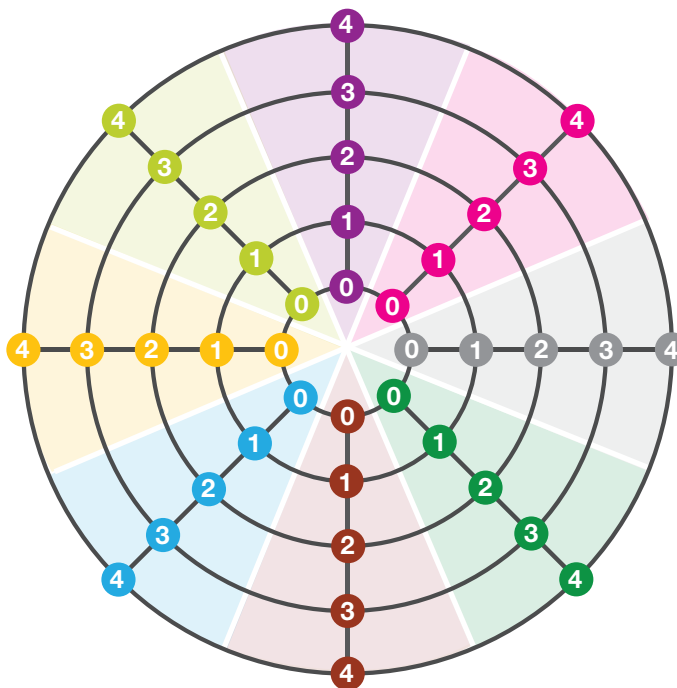
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

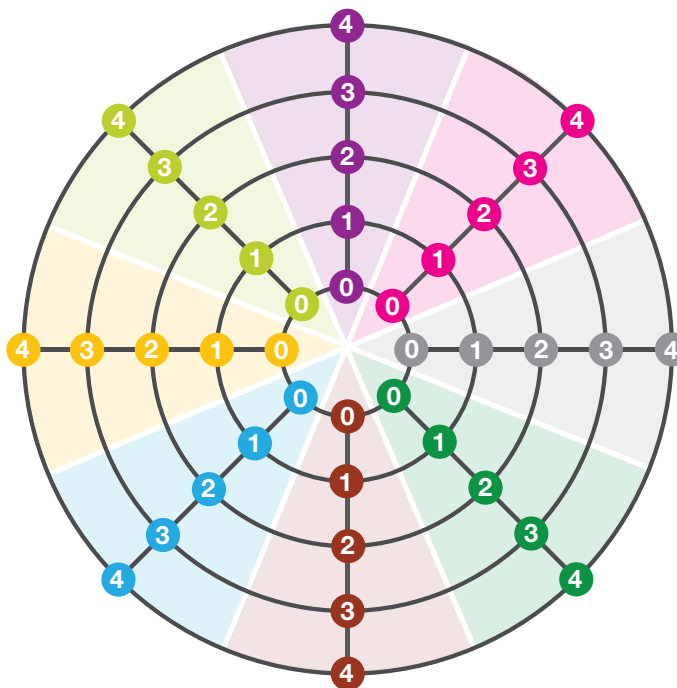
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....





# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Težko zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

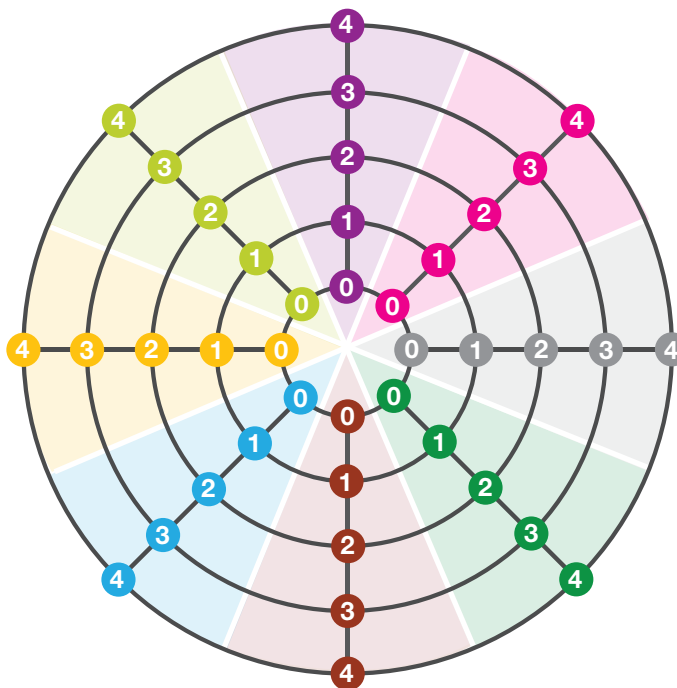
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

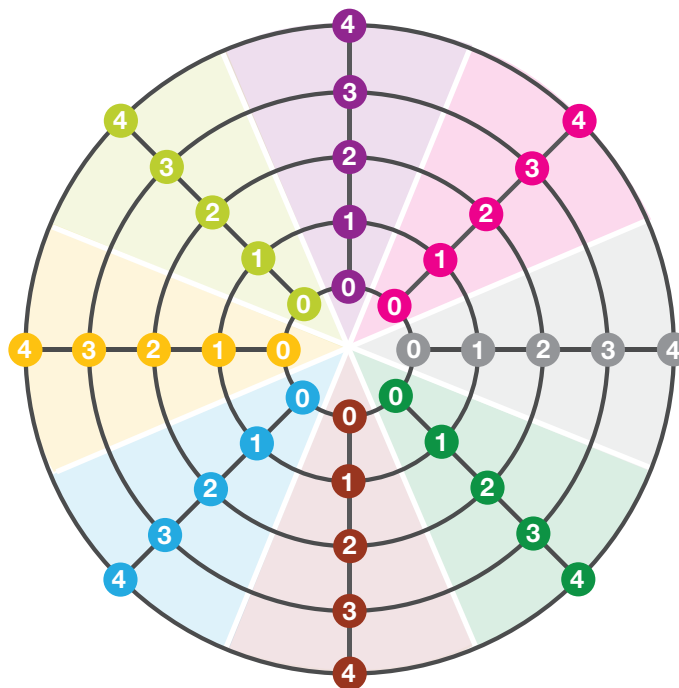
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

**DATUM:**  
(dan/mesec/leto)  
.....

Obkrožite številko, ki najbolje opisuje vaše počutje. Za vsak simptom na lestvici od 0 do 4 ocenite, kako vas obremenjuje. Na lestvici pomeni **0** nikoli **1** občasno **2** včasih **3** pogosto **4** vedno

## Motnje spanja

- Teško zaspim
- Slabo spim
- Ko se enkrat prebudim, težko ponovno zaspim
- Zjutraj sem utrujen/a
- Čez dan čutim utrujenost
- Pogosto sem zaspan/a ob neprimernem času
- Drugo: .....

## Razpoloženje

- Manj se zanimam za stvari
- Imam manj zadovoljstva pri zadevah, pri katerih sem prej užival
- Počutim se nesrečno
- Občutim tesnobo in prestrašenost/paniko
- Sem depresiven/na
- Drugo: .....

## Drugi nemotorični simptomi

- Imam občutek omotičnosti ob vstajanju iz ležečega položaja
- Padam zaradi izgube zavesti ali omedlevice
- Imam spremenjen voh ali okus
- Imam spremenjeno telesno težo (ne zaradi diete)
- Prekomerno se potim
- Imam občutek, da vidim ali slišim stvari, ki niso resnične
- Drugo: .....

## Pozornost/spomin

- Med aktivnostmi se ne morem osredotočiti
- Govorim upočasnjeno
- Sem pozabljiv/a
- Težko si zapomnim imena, številke, dogodke
- Drugo: .....

## Prebava

- Imam težave s požiranjem
- Imam težave s slinjenjem
- Imam napade bruhanja ali občutek slabosti
- Sem zaprt/a
- Imam drisko
- Imam želodčne težave
- Drugo: .....

## Gibanje

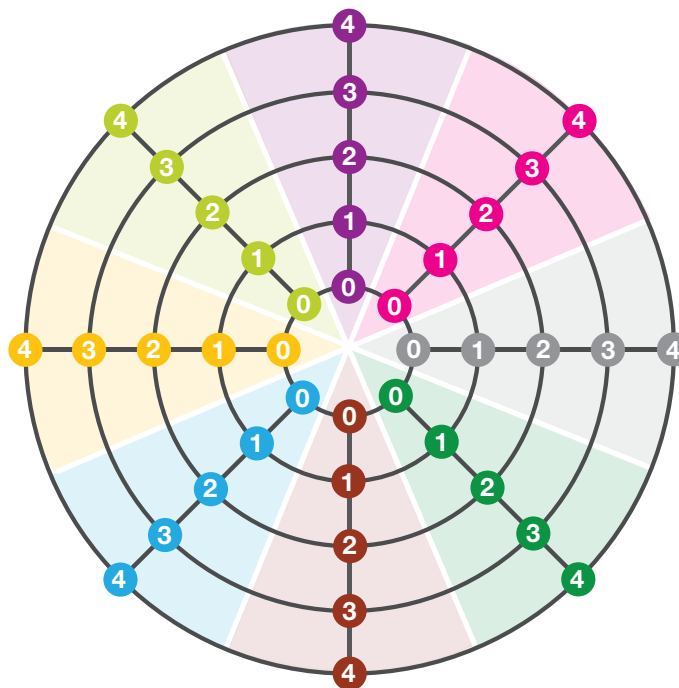
- Imam jutranjo okorelost
- Občutim togost
- Se tresem
- Gibljem se upočasnjeno
- Gibljem se manj/ne morem se gibati
- Imam nehotene gibe (zgbike ali diskinezije)
- Imam težave z ravnotežjem/padci
- Imam spremenjeno držo
- Imam težave pri govoru
- Imam drobno pisavo (mikrografijo)
- Drugo: .....

## Bolečina

- Imam boleče jutranje krče (distonije), ki se pojavljajo v prstih, gležnjih, zapestju in me zbujajo
- Imam boleče trde ude podnevi
- Imam boleče trde ude ponoči
- Imam zbadajoče bolečine v udih
- Imam bolečine pri nehotenih gibih (zgbikih ali diskinezijah)
- Imam bolečine zaradi nočnega nemira v udih
- Imam hude glavobole
- Drugo: .....

## Mehur in spolna funkcija

- Imam nenadno potrebo po uriniranju
- Ponoči se zbujam zaradi uriniranja
- Se bolj/manj zanimam za spolnost
- Imam težave pri spolnih odnosih
- Drugo: .....



# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

podpira komunikacijo v povezavi z boleznijo

Najbolj se želim osredotočiti na:

- Motnje spanja
- Pozornost/spomin
- Prebavo
- Gibanje
- Bolečino
- Mehur in spolno funkcijo
- Druge nemotorične simptome
- Razpoloženje

Za Parkinsonovo bolezen

jemljem sledeča zdravila

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Levodopa + benserazid/Madopar®            | <input type="checkbox"/> Razagilin/Azilect®   |
| <input type="checkbox"/> Levodopa + karbidopa/Duodopa®             | <input type="checkbox"/> Selegilin/Jumex®     |
| <input type="checkbox"/> Levodopa + karbidopa/Nakom®               | <input type="checkbox"/> Entakapon/Comtan®    |
| <input type="checkbox"/> Levodopa + karbidopa + entakapon/Stalevo® | <input type="checkbox"/> Tolkapon/Tasmar®     |
| <input type="checkbox"/> Bromokriptin/Bromergon®                   | <input type="checkbox"/> Amantadin/Symmetrel® |
| <input type="checkbox"/> Kabergolin/Dostinex®                      |   |
| <input type="checkbox"/> Pramipeksol/Mirapexin®                    |   |
| <input type="checkbox"/> Ropinirol/Requip®                         |   |
| <input type="checkbox"/> Ropinirol/Requip-Modutab®                 |   |
| <input type="checkbox"/> Rotigotin/Neupro®                         |   |
| <input type="checkbox"/> Apomorfin/APO®                            |   |

Vir: [http://www.parkinsons.org.uk/advice/publications/treatments\\_and\\_therapies/drug\\_treatments\\_of\\_parkinsons.aspx](http://www.parkinsons.org.uk/advice/publications/treatments_and_therapies/drug_treatments_of_parkinsons.aspx)

Zdravila brez recepta (npr. aspirin)

.....

.....

.....

Tri najbolj pomembna vprašanja, ki jih želim zastaviti skrbnikom:

1 .....

.....

2 .....

.....

3 .....

.....

Ali imam na voljo dovolj časa, da vprašam vse, kar me zanima?

- da    ne

## Sklad za zdravljenje Parkinsonove bolezni (CPT)

Sklad za zdravljenje Parkinsonove bolezni (Cure Parkinson's Trust – CPT) so leta 2005 ustanovili štirje ljudje s Parkinsonovo boleznijo, da bi pomagali pri odkrivanju zdravljenja te hude bolezni. CPT prepoznava, ovrednoti in sponzorira projekte ter deluje kot povezovalac v raziskavah med znanstveniki in investitorji raziskav.

CPT pomaga pri razvoju inovativnega zdravljenja, ki se osredotoča na različne terapevtske možnosti in vizijo, da je Parkinsonovo bolezen možno ustaviti in preprečiti. CPT odbor gosti znanstvene forume, ki združujejo znanstvenike in raziskovalce s področja Parkinsonove bolezni in poudarja znanstvene dosežke na tem področju. Zelo je zainteresiran za samoocenjevanje, ki je ključnega pomena za obveščanje in oblikovanje ustreznih ukrepov pri izidih v klinični praksi.

Ključno vlogo v tej organizaciji imajo ljudje s Parkinsonovo boleznijo. Odbor ima kar tri člane s to boleznijo: predsednika, soustanovitelja in pravobranilca organizacije. Vsi člani pomagajo opredeljevati strategijo in zagotavljajo, da so upravičenci v središču vseh aktivnosti.

[The Cure Parkinson's Trust](http://www.cureparkinsons.org.uk)

The Cure Parkinson's Trust  
1 St Clement's Court  
London EC4N 7HB  
0207 929 7656

[www.cureparkinsons.org.uk](http://www.cureparkinsons.org.uk)

## Evropsko združenje za Parkinsonovo bolezen (EPDA)

Je edina evropska krovna organizacija za Parkinsonovo bolezen. EPDA je nepolitična, neverska in neprofitna organizacija. Združuje 45 članic, ki so zagovornice pravic in potreb več kot 1,2 milijona ljudi s Parkinsonovo boleznijo in njihovih svojcev. Vizija EPDA je, da se bolnikom omogoči polno življenje. Z ozaveščanjem si organizacija prizadeva za ozdravitev te bolezni in želi doseči zmanjševanje neenakosti zdravljenja in vodenja Parkinsonove bolezni v Evropi.



1 Northumberland Avenue  
Trafalgar Square  
London  
WC2N 5BW  
United Kingdom  
Tel.: +44 (0) 207 8725510  
Faks: +44 (0) 207 8725611  
E-naslov: [info@epda.eu.com](mailto:info@epda.eu.com)

[www.epda.eu.com](http://www.epda.eu.com)



Federación Española de Parkinson  
Paseo Reina Cristina, 8 3ºB  
28014 Madrid  
Tel.: 91 434 53 71

[www.fedeparkinson.org](http://www.fedeparkinson.org)

## Društvo Trepetlika

Društvo Trepetlika je društvo bolnikov s parkinsonizmom in drugimi ekstrapiramidnimi motnjami. Pod tem imenom deluje že 20 let kot samostojna, prostovoljna oblika združevanja občanov s strokovno pomočjo pristojne zdravstvene in skrbstvene službe. Društvo ima sedež v Ljubljani, svoje dejavnosti pa je razširilo tudi na Maribor, Celje, Kranj, Novo Gorico in Novo mesto.

Društvo Trepetlika ima 600 članov, tako bolnikov kot tudi njihovih svojcev. Poleg bolnikov s Parkinsonovo boleznijo so v društvo vključeni tudi bolniki z distonijami in Huntingtonovo boleznijo.

Poleg združevanja ljudi s podobnimi zdravstvenimi težavami je glavni namen društva predvsem izobraževanje bolnikov in njihovih svojcev o novostih s področja zdravljenja ter seznanjanje z načini lajšanja življenja bolnikov. Društvo najtesneje sodeluje s strokovnjaki s področja zdravljenja in obravnave Parkinsonove bolezni, predvsem z vidika organiziranja pogostih poljudno strokovnih srečanj in delavnic.

Člani društva se srečujejo tudi na rekreativnih dejavnostih, na telovadbi oziroma fizioterapiji, vodni masaži in plavanju, ob plesu in glasbi, na enodnevnih izletih, ob tradicionalnih prednovoletnih srečanjih ali pa na neformalnih pogovorih ter druženju. Regionalne enote organizirajo rekreacijo tudi v Termah Zreče, Termah Krka – Strunjan ali v Novi Gorici, Termah Krka – Šmarješke toplice in Termah Snovik.

Društvo je včlanjeno v Evropsko zvezo bolnikov s Parkinsonovo boleznijo (EPDA).



**TREPETLIKA**

Društvo bolnikov s parkinsonizmom in drugimi ekstrapiramidnimi motnjami  
Parkinson's Disease Society of Slovenia

Društvo Trepetlika  
Šišenska 23, 1000 Ljubljana  
Tel: (01) 515 10 90  
Faks: (01) 515 10 91  
E-naslov: [društvo\\_trepetlika@t-2.si](mailto:društvo_trepetlika@t-2.si)

[www.trepetlika.si](http://www.trepetlika.si)





Mapo dobrega počutja so podpri:

The Cure Parkinson's Trust



Razvito v sodelovanju s podjetjem UCB Pharma S.A. Vse pravice so pridržane © 2011 UCB

Blagovne znamke ® ali ™ so v zasebni lasti.

# Mapa dobrega počutja pri Parkinsonovi bolezni™

podpira komunikacijo pri Parkinsonovi bolezni



Razvito v sodelovanju s podjetjem UCB Pharma S.A. Vse pravice pridržane © 2011 UCB