



Slaugytojo įsivertinimas*

Perdegimo / nuovargio požymiai	Niekada	Kartais	Dažnai	Visada
Negaliu užmigti arba dažnai prabundu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dienos metu man trūksta energijos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Valgau per mažai arba per daug.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dažniau sergu (pykinimas, peršalimas, galvos skausmas).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Man trūksta kantrybės, lengvai susierzinu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jaučiu kaltę, kad padarau per mažai.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Man sunku susikaupti net atliekant paprastus darbus.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Greičiau viską užmirštu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Apleidau anksčiau man patikusias veiklas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Labiau atsiribojau nuo savo šeimos ir draugų.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Man liūdna, esu prislėgtos nuotaikos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jaučiu nerimą ar susirūpinimą.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Praradau norą ką nors daryti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Jeigu bet kurį atsakymą pažymėjote „Dažnai“ arba „Visada“, tikėtina, kad atėjo laikas kreiptis pagalbos į sveikatos priežiūros specialistą arba į savo sveikatos ir socialinių paslaugų centrą, nes jūs privalote pasirūpinti ir savimi!

* Tai nėra gydytojo konsultacijos pakaitalas. Jei turite sveikatos problemų, būtinai kreipkitės į gydytoją.

Paruošta UAB Teva Baltics.

Ši medžiaga skirta tik informaciniams tikslams, kaip bendroji švietimo priemonė. Tai nepakeičia kvalifikuoto sveikatos priežiūros specialisto patarimų, diagnozių ar gydymo. Šioje medžiagoje esanti informacija nepakeičia sveikatos priežiūros specialisto pateiktų patarimų, kuris žino jūsų sveikatos būklę. Visada klauskite patarimo savo sveikatos priežiūros specialisto dėl bet kokių klausimų, kurie gali būti susiję su jūsų sveikatos būkle arba galimomis gydymo galimybėmis. Niekada neignoruo­kite sveikatos priežiūros specialistų patarimų ir nedelskite ieškodami jums rūpimo atsakymo informacinėse medžiagose. NPS-LT-NP-00051

teva.lt → Rūpinamės sveikata