

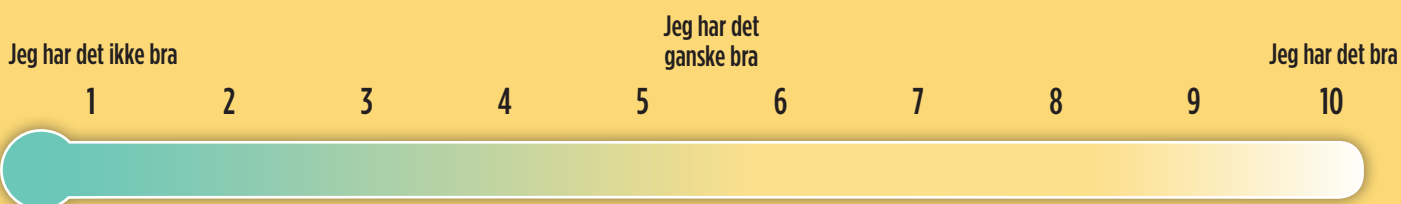
# TRIVSELS- TERMOMETER

## SLIK VIRKER DEN

Trivselstermometeret er tenkt å skulle hjelpe deg ved neste besøk, men det er ingen erstatning for de testene som legen eller sykepleieren gjør. Du trenger ikke fylle ut skjemaet eller vise det til legen eller sykepleieren hvis du ikke vil.

**1** Sett ring rundt det tallet fra 1 til 10 på termometeret under som best beskriver hvor bra du har hatt det de siste en til to ukene.

**Tenk på følelsene dine, humøret, helsen og hvor mye du har bekymret deg...**



## 2 ER DET NOE SOM HAR PÅVIRKET HVOR BRA DU HAR DET?

Sett ring rundt alle relevante punkter under:

- Problemer med å spise
- Oppsvulmethet
- Kvalme
- Oppkast
- Vektendringer
- Toalettrelaterte problemer
- Tretthet
- Svakhet
- Noe annet? \_\_\_\_\_
- Prikking og stikking
- Verk og smerte
- Feber
- Øyeproblemer
- Utseende
- Hudproblemer
- Andpustenhet
- Ta medisiner
- Søvn
- Livlige drømmer
- Svimmelhet
- Forvirring
- Glemskhet
- Seksuelle relasjoner
- Tristhet
- Nedstemthet
- Uro
- Nervøsitet
- Personlige relasjoner
- Røyking
- Bruk av legemidler og alkohol
- Å ha noen å snakke med
- Få seg en familie

## 3 ER DET NOE DU ØNSKER Å TA OPP I LØPET AV DAGENS KONSULTASJON?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____