

Usporedna ljestvica boli

Slaba	
Većinu aktivnosti moguće je obavljati neometano. Moguće je prilagoditi se na bol (npr. zauzimanjem odgovarajućeg položaja, pomagalima kao što su jastuci, laganom masažom...)	
0	Bez boli. Sasvim normalno osjećanje.
1 Vrlo blaga	Vrlo blaga, jedva primjetna bol. Većinu vremena uopće ne razmišljate o boli.
2 Nelagodna	Slaba bol, stvara nelagodu.
3 Podnošljiva	Vrlo zamjetna bol. Ipak, podnošljiva je i moguće je prilagoditi se na takvu bol tako da je većinu vremena ne primjećujete.
Umjerena	
Bol utječe na mnoge aktivnosti. Nije moguće prilagoditi se na bol i zato su potrebne prilagodbe u načinu života (korištenje pomagala za kretanje, dulje mirovanje, izbjegavanje nekih dnevnih aktivnosti).	
4 Uznemirujuća	Uznemirujuća bol. Tako je jaka da je primjećujete cijelo vrijeme i ne možete se u potpunosti prilagoditi na nju.
5 Veoma uznemirujuća	Veoma uznemirujuća bol. Snažna, je duboka, prodorna. Cijelo vrijeme primjećujete bol i toliko ste zaokupljeni njenim ublažavanjem da to ograničava vaš normalni način života.
6 Jaka	Intenzivna bol. Snažna, duboka, prodorna bol koja vam stalno okupira misli. Teško vam je razmišljati o bilo čemu drugome osim o boli. Izbjegavate kontakte s drugim ljudima.
Teška	
Pacijent je onemogućen u svakodnevnim aktivnostima. Ne može samostalno funkcionirati.	
7 Vrlo jaka	Vrlo intenzivna bol. Isto kao i 6, s tim što vas onemogućava da jasno razmišljate. Bol vas toliko onesposobljava da u većini aktivnosti dnevnog života trebate pomoć druge osobe.
8 Užasna	Užasna bol. Toliko je intenzivna da više uopće ne možete jasno razmišljati niti normalno spavati. Ako je bol prisutna već duže vrijeme, vaša osobnost je duboko promijenjena (tjeskobnost, jaka potištenost, razdražljivost, ne možete se koncentrirati).
9 Nepodnošljiva	Nepodnošljiva bol. Tako je jaka da je ne možete podnijeti i tražite lijekove ili kiruršku operaciju bez obzira na posljedice. Za žene, bol je usporediva s porođajem bez anestezije. Nema više nikakve radosti u životu. Često se razmišlja o samoubojstvu.
10 Nezamisliva i neopisiva	Nezamisliva i neopisiva bol. Većina ljudi nikad nije doživjela tu razinu boli. Bol je tako intenzivna da je moguće onesvijestiti se. Oni koji su pretrpjeli tešku nesreću kao što je zgnječena šaka te izgubili svijest zbog boli, a ne gubitka krvi, doživjeli su razinu boli 10. To je približno i jačina napada bubrežnih kamenaca. Moguće je samoubojstvo.

Izvor: Jack Harich, Health Organization for Pudendal Education, <http://www.pudendalhope.info/node/18>

Priredila: prof.dr.sc. Karmen Lončarek – Projekt PUB HUB

Alat za pokazatelje potporne i palijativne skrbi (SPICT-4ALL™)

SPICT™ pomaže nam prepoznati osobe lošijeg stanja i s jednim ili više zdravstvenih problema. Te osobe trebaju više pomoći i skrbi u sadašnjosti, te plan skrbi u budućnosti. Postavite si sljedeća pitanja:

Pokazuje li ta osoba znakove lošeg ili pogoršanog zdravlja?

- Neplanirani (hitni) prijem(i) u bolnicu
- Opće zdravlje joj je loše ili joj se pogoršava; osoba se nikad nije posve oporavila od prethodnog pogoršanja (to može značiti da je osoba smanjenih sposobnosti i često ostaje u krevetu ili naslonjaču više od pola dana)
- Treba tuđu pomoć zbog sve većih tjelesnih i/ili mentalnih zdravstvenih problema
- Njegovatelj te osobe treba veću pomoć i podršku
- Osoba je u posljednjih par mjeseci primjetno izgubila na težini, ili je ostala na premaloj težini
- Većinu vremena ima zabrinjavajuće simptome, unatoč dobrom liječenju svojih zdravstvenih problema
- Osoba (ili obitelj) traže palijativnu skrb; odlučuju se smanjiti, prekinuti ili ne započeti liječenje; ili pak žele usmjeriti se na kvalitetu života

Ma li ta osoba neki od ovih zdravstvenih problema?

Rak

Manje sposobna obavljati uobičajene aktivnosti, a stanje joj se pogoršava
Zbog lošeg stanja ne može primiti terapiju protiv raka, ili joj se liječenje sastoji samo od ublažavanja simptoma

Demencija / krhkost

Nesposobna je bez pomoći odjenuti se, hodati ili jesti
Jede i pije manje; teškoće s gutanjem
Izgubila je kontrolu nad mokrenjem i stolicom
Nesposobna komunicirati govorom; na druge ljude malo reagira
Učestali padovi; prijelom kuka
Učestale infekcije; upala pluća
Nesposobna je bez pomoći odjenuti se, hodati ili jesti

Neurološki problemi

(npr. Parkinsonova bolest, multipla skleroza, ALS)

Tjelesno i mentalno zdravlje se pogoršavaju
Sve više problema s govorom i komuniciranjem; smetnje gutanja su sve jače
Infekcije dišnih puteva ili upala pluća; smetnje disanja
Teški moždani udar s gubitkom pokretljivosti i sve jačim poteškoćama

Problemi sa srcem ili cirkulacijom

Srčano zatajenje ili teški napadi grudne boli. Kratak dah kod odmaranja, pomicanja ili nakon samo par koraka.
Vrlo loša cirkulacija u nogama; kirurški zahvat nije moguć

Problemi s plućima

Loše stanje i dugotrajni problemi s plućima. Kratak dah u mirovanju, pomicanju ili nakon par koraka, čak i onda kad su pluća najbolje.
Trebaju kisik većinu dana i noći
U bolnici je bila spojena na aparat za disanje

Ostale smetnje

Ljudi koji su u lošijem stanju i mogli bi umrijeti od nekih drugih zdravstvenih problema ili komplikacija. Liječenje nije moguće ili ne bi bilo korisno.

Što možemo učiniti da pomognemo takvoj osobi i njenoj obitelji?

Započnimo razgovor s tom osobom i njenom obitelji o tome zašto je važno planirati skrb u budućnosti

Potražimo pomoć medicinske sestre, liječnika ili drugog zdravstvenog radnika koji može procijeniti stanje te osobe i njene obitelji, te pomoći u planiranju skrbi




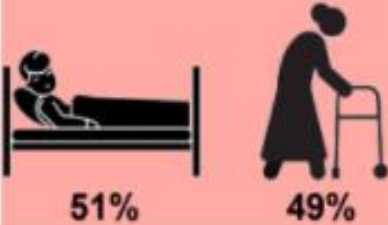

Možemo razmotriti lijekove i druge tretmane koje ta osoba prima, kako bismo bili sigurni da im pružamo najbolju skrb ili, ako su problemi složeni ili teško rješivi, potražimo savjet stručnjaka

Ako osoba u budućnosti možda neće moći odlučivati, moramo rano planirati

Zapišimo plan skrbi i podijelimo ga s ljudima koji ga trebaju vidjeti

ECOG* skala stanja pacijentice

- 0 - Obavlja normalne aktivnosti
- 1 - Simptomi, bez smanjenja aktivnosti
- 2 - Povremeno u krevetu, ali manje od 50% dnevnog vremena
- 3 - Leži u krevetu više od 50% dnevnog vremena
- 4 - Ne može ustati iz kreveta

0	Asimptomatska (potpuno aktivna, sposobna bez ikakvih poteškoća obavljati sve aktivnosti kojima se bavila i prije bolesti)	
1	Simptomatska, ali potpuno pokretna (ograničena u napornim fizičkim aktivnostima, ali sposobna nastaviti posao koji je sjedilački i nije pretjerano zahtjevan kao što su lagani kućanski poslovi ili uredski posao)	
2	Simptomatska, manje od 50% vremena tokom dana provodi u krevetu ili naslonjaču; pokretna i sposobna sama brinuti o sebi, ali je nesposobna za bilo kakve radne aktivnosti	
3	Simptomatska, više od 50% vremena provodi u krevetu ili naslonjaču, sposobna ograničeno brinuti se za sebe	
4	Vezana za krevet, uopće ne može brinuti o sebi	

*ECOG = Eastern Cooperative Oncology Group

- ECOG skalom procjenjuje se opće tjelesno stanje pacijenta i razina obavljanja svakodnevnih aktivnosti.
- U onkologiji služi kao mjera koja određuje je li pacijent sposoban podnijeti određenu terapiju.
- U palijativi ECOG služi kao mjera kvalitete života, te koliki intenzitet palijativne skrbi je potreban.

FAST Ijestvica (Functional Assessment Stage)

Koristi se za određivanje funkcionalnog i mentalog statusa pacijenta s demencijom.

FAST stupanj	Funkcionalna procjena
1	Nema poteškoća, ni subjektivno ili objektivno.
2	Žali se da zaboravlja lokacije predmeta; samo subjektivne teškoće pronalaženja riječi.
3	Smanjeno funkcioniranje na poslu je suradnicima očito; teškoće u putovanju na nove lokacije.
4	Smanjena sposobnost obavljanja složenih zadataka (npr. planiranje večere za goste; rukovanje financijama; kupoprodaja).
5	Treba pomoć u izboru odjeće prikladne za sezonu ili priliku.
6a	Teško se odijeva bez pomoći.
6b	Ne može se pravilno okupati; može razviti strah od kupanja. Obično je potrebna pomoć kod podešavanja temperature vode za kupanje.
6c	Nemogućnost da obavlja mehaniku u vezi toaleta (tj. zaboravlja povući vodu; ne obriše se kako treba).
6d	Urinarna inkontinencija, povremeno ili češće.
6e	Fekalna inkontinencija, povremeno ili češće.
7a	Sposobnost govora ograničena na oko šest riječi u prosječnom danu.
7b	Razumljiv rječnik ograničen na jednu riječ u prosječnom danu.
7c	Ne hoda (ne može hodati bez pomoći).
7d	Nesposoban sjediti samostalno.
7e	Nesposoban da se osmjehne.
7f	Nesposoban držati glavu.

Karnofskyjeva ljestvica izvedbenog statusa

100%	Normalan, asimptomatski
90%	Sposoban normalno funkcionirati, neznatni znakovi i simptomi
80%	Normalna aktivnost s naporom, blagii znakovi i simptomi
70%	Nije u stanju obavljati normalnu aktivnost niti aktivno raditi, ali sposoban obavljati samonjegu
60%	Treba povremenu tuđu pomoć i čestu zdravstvenu skrb, ali sam brine o osobnim potrebama
50%	Treba znatnu tuđu pomoć i čestu zdravstvenu skrb
40%	Onesposobljen, treba posebnu njegu i pomoć
30%	Teško onesposobljen, potrebna stalna skrb ili je uputna hospitalizacija
20%	Teško bolestan, potrebna aktivna neprestana skrb
10%	Moribundan, proces umiranja napreduje brzo
0%	Smrt

PPI* indeks (Palijativni prognostički indeks)

PPS v2 ocjena	> 50	0
	30 – 50	2,5
	10 – 20	4
Delirij	Ne	0
	Da	4
Dispneja u mirovanju	Ne	0
	Da	3,5
Edemi	Ne	0
	Da	1
Unos hrane na usta	Normalan	0
	Smanjen - više od jednog zalogaja	1
	Smanjen – zalogaj ili manje	2,5
Ukupna ocjena:		

Procjena preživljavanja (tjedni)	
4 ili manje:	Dulje od 6 tjedana
4-6:	Kraće od 6 tjedana
Više od 6	Kraće od 3 tjedna

**PPI=Palliative Prognostic Index*

Očekivano preživljavanje kod nekih onkoloških sindroma

Anoreksija, kaheksija	3 mjeseca
Maligni izljev	8 tjedana
Metastaze u mozgu	3 mjeseca
Terminalni delirij	Par sati do par dana

PPS v2* ljestvica (Palijativna ljestvica sposobnosti)

%	Pokretnost	Aktivnost	Znakovi bolesti	Samonjega	Unos na usta	Razina svijesti
100%	Potpuna	Normalna	Bez bolesti	Potpuna	Normalan	Puna
90%	Potpuna	Normalna	Lakša bolest	Potpuna	Normalan	Puna
80%	Potpuna	Normalna uz napor	Lakša bolest	Potpuna	Normalan ili smanjen	Puna
70%	Smanjena	Nesposoban za posao/rad	Uznapredovala bolest	Potpuna	Normalan ili smanjen	Puna
60%	Smanjena	Nesposoban za hobije ili kućne poslove	Uznapredovala bolest	Povremeno treba pomoć	Normalan ili smanjen	Puna ili smetenost
50%	Većinom sjedi/leži	Nesposoban za ikakav rad	Proširena bolest	Potrebna znatna pomoć	Normalan ili smanjen	Puna ili smetenost
40%	Većinom u krevetu	Nesposoban za većinu aktivnosti	Proširena bolest	Većinom uz pomoć	Normalan ili smanjen	Puna ili pospanost ± smetenost
30%	Većinom uz krevet	Nesposoban za ikakvu aktivnost	Proširena bolest	Jedino tuđa pomoć	Smanjen	Puna ili pospanost ± smetenost
20%	Većinom uz krevet	Nesposoban za ikakvu aktivnost	Proširena bolest	Jedino tuđa pomoć	Na žličicu	Puna ili pospanost ± smetenost
10%	Većinom uz krevet	Nesposoban za ikakvu aktivnost	Proširena bolest	Jedino tuđa pomoć	Samo njega usne šupljine	Pospanost ± smetenost ili koma
0%	Smrt	-	-	-	-	-

* Palliative Performance Scale (version 2)

Očekivano preživljavanje kod malignoma na osnovu PPSv2

50%	~ 90 dana
40%	~ 50 dana
30%	~ 30 dana
20%	~ 20 dana
10%	~ 10 dana

Prognostički alati kod uznapredovale maligne bolesti

PaP* ocjena (Palijativna prognostička ocjena)		
Dispneja	Ne	0
	Da	1
Anoreksija	Ne	0
	Da	1,5
Karnofsky ocjena	> 30%	0
	10 – 20%	2,5
Liječnikova procjena preživljavanja (u tjednima)	>12	0
	11-12	2
	7-10	2,5
	5-6	4,5
	3-4	6
Leukociti (10 ⁹ /L)	1-2	8,5
	< 8.5	0
	8.6 – 11	0,5
Limfociti (%)	>11	1,5
	20 – 40 %	0
	12 – 19.9 %	1
	< 12 %	2,5
	Ukupna ocjena:	
Vjerojatnost 30-dnevnog preživljavanja (%)		
> 70 %	0 – 5.5	
30 – 70 %	5.6 – 11	
< 30 %	11.1 – 17.5	

*PaP=Palliative Prognostic Score