

# Evalueringsskema

## for livskvalitet ved multipel sclerose (MS)

Med dette evalueringsskema kan du markere, hvor meget nogle af de mest almindelige MS-udfordringer påvirker dig i hverdagen. Under hver sektion har vi gjort plads til, at du selv kan tilføje flere symptomer, der begrænser dig i hverdagen.

Skemaet kan udfyldes direkte på skærmen (på computer) eller printes. På smartphone og tablet skal skemaet åbnes i en pdf-app, før man kan udfylde det elektronisk. Husk under alle omstændigheder at gemme skemaet, så du evt. kan vende tilbage og se udviklingen fra gang til gang.

Vi håber, at evalueringsskemaet kan være en hjælp til at tale med personalet på MS-klinikken om din generelle livskvalitet og måske få hjælp til at håndtere nogle af udfordringerne.

### Fysiske udfordringer

- |   |                   |                     |                   |                  |
|---|-------------------|---------------------|-------------------|------------------|
| 1. I hvor høj grad føler du, at sclerose træthed (fatigue) begrænser dig i hverdagen, selvom du i princippet burde være udhvilet?                 | <i>I høj grad</i> | <i>I nogen grad</i> | <i>I lav grad</i> | <i>Slet ikke</i> |
| 2. I hvor høj grad oplever du, at sclerose træthed (fatigue) fx gør det vanskeligt for dig at skulle deltage i sociale sammenhænge?               | <i>I høj grad</i> | <i>I nogen grad</i> | <i>I lav grad</i> | <i>Slet ikke</i> |
| 3. I hvor høj grad oplever du at måtte udskyde eller droppe daglige gøremål på grund af sclerose træthed (fatigue)?                               | <i>I høj grad</i> | <i>I nogen grad</i> | <i>I lav grad</i> | <i>Slet ikke</i> |
| 4. I hvor høj grad oplever du, at problemer med vandladning/toiletbesøg, på grund af MS, spiller en rolle, når du skal ud af hjemmet?             | <i>I høj grad</i> | <i>I nogen grad</i> | <i>I lav grad</i> | <i>Slet ikke</i> |
| 5. I hvor høj grad oplever du, at problemer med vandladning/toiletbesøg, på grund af MS, har indflydelse på din deltagelse i sociale sammenhænge? | <i>I høj grad</i> | <i>I nogen grad</i> | <i>I lav grad</i> | <i>Slet ikke</i> |
| 6. I hvor høj grad er du generet af smerter, når du skal hvile dig eller sove?  | <i>I høj grad</i> | <i>I nogen grad</i> | <i>I lav grad</i> | <i>Slet ikke</i> |

# Evalueringsskema

for livskvalitet ved multipel sclerose (MS)

7. I hvor høj grad føler du dig påvirket af dårlig eller afbrudt søvn (om natten)? *I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke*

8. I hvor høj grad føler du dig generet af spasticitet eller mangel på muskelkraft, der fx kan gøre det vanskeligt at spise eller drikke uden støtte eller hjælpemidler? *I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke*

9.

## Følelsesmæssige udfordringer

1. I hvor høj grad føler du dig begrænset af at være 'bange' for fremtiden fx i forhold til, hvordan sygdommen vil udvikle sig? *I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke*

2. I hvor høj grad føler du dig begrænset af dårligt humør, nedtrykthed eller depression? *I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke*

3. I hvor høj grad føler du dig socialt isoleret på grund af MS? *I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke*

4.

## Udfordringer ved relationer og intimitet

1. I hvor høj grad føler du dig frustreret over, at dine nærmeste ikke forstår de udfordringer, du lever med ved MS? *I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke*

2. I hvor høj grad bekymrer det dig, om din partner vil forlade dig på grund af din MS-diagnose? *I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke*

# Evalueringskema

for livskvalitet ved multipel sclerose (MS)

3. I hvor høj grad oplever du udfordringer i forhold til dit/jeres sexliv?

I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke

4.

## Kognitive udfordringer

1. I hvor høj grad oplever du frustrationer over at have svært ved at koncentrere dig eller huske ting?

I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke

2. I hvor høj grad føler du dig begrænset i hverdagen af, at du glemmer ting eller aftaler?

I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke

3. I hvor høj grad oplever du, at det kan være svært at træffe hverdagsbeslutninger om fx indkøb eller andre daglige gøremål?

I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke

4. I hvor høj grad generer det dig i hverdagen, at du

I høj grad I nogen grad I lav grad Slet ikke

5.

Skriv dine egne spørgsmål til lægen her (husk at notere lægens svar)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---