Käken i vardagen: inför tandläkarbesöket

Samla händelser som redan inträffat och välj frågor om käkens funktion. Bladet är ingen undersökning.

Så använder du bladet

1. Beskriv en verklig måltid, ett samtal eller ett moment i munvården.
2. Skriv upplevelse och följd var för sig. Upprepa inte rörelser för att testa käken.
3. Välj frågor till tandläkaren på nästa sida. Akuta förändringar ska bedömas utan väntan på fler anteckningar.

Tillfälle	Uppgift	Vad märkte jag?	Vad ändrade jag?
Situation 1			
Situation 2			
Situation 3			
Situation 4			
Situation 5			
Situation 6			
Situation 7			

Eget observationsunderlag, inte ett medicinskt bedömningsinstrument. Ändra inte behandling utifrån bladet.

Inför nästa samtal

Käken i vardagen: inför tandläkarbesöket

Vilken uppgift behöver jag främst få hjälp med?

Vilket besked eller vilken instruktion vill jag få förklarad?

Vem kontaktar jag vid förändring, och hur följs planen upp?

Ett litet nästa steg

Följ vardagen med Smärtdagbok

Smärtdagbok ger plats för egna observationer och frågor inför vårdkontakter. Välj de delar som hjälper dig att beskriva käkbesvären.

Upptäck Smärtdagbok >

Eget observationsunderlag, inte ett medicinskt bedömningsinstrument. Ändra inte behandling utifrån bladet.

https://smartdagbok.com/produkt/smartdagbok/