Min vardag, min smärta och mitt stöd

Välj aktiviteter som betyder något för dig. Dina prioriteringar är utgångspunkten för samtalet.

Så använder du bladet

1. Skriv en uppgift du vill kunna fortsätta göra och vad som blivit svårt.
2. Beskriv hjälp du redan använder. Testa inte aktiviteten utan nödvändigt stöd.
3. Välj dina viktigaste frågor på nästa sida. Någon kan skriva dina ord om du vill.

Viktig aktivitet	Vad blev svårt?	Stöd jag har	Fråga till vården
Aktivitet 1			
Aktivitet 2			
Aktivitet 3			
Aktivitet 4			
Aktivitet 5			
Aktivitet 6			
Aktivitet 7			

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

Inför nästa samtal

Min vardag, min smärta och mitt stöd

Vad vill jag själv börja besöket med?

Vilken hjälp vill jag ha under samtalet och vad vill jag prata om enskilt?

Vilka besked behöver förtydligas och vem följer upp planen?

Ett litet nästa steg

Dina prioriteringar i Smärtdagbok

Smärtdagbok hjälper dig att samla egna ord, vardagsexempel och frågor. Välj bara det som fungerar för dig och låt vården bedöma medicinska frågor.

Se Smärtdagbok >

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

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