

MÄLUKÜSIMUSTIK

Mäluhäirega patsiendi kohta läbiviidavate uuringute lahutamatu osa on patsiendi põhjalik küsitlemine. Mäluhaiguste algfaasis on tähelepanekud selle kohta, kuidas on muutunud patsiendi tunnetusliku info käsitlemine, väga oluline, ning patsiendilt saadud teave moodustab koos lähedaste antud hinnangutega, vaatlusandmete ja muude andmetega mäluprobleemide iseloomu kirjeldava tervikliku andmestiku.

Alloleva küsimustiku täidab mäluhäirega patsient kas vastuvõtu ajal või enne seda. Patsiendi lähedased täidavad samasuguse küsimustiku. Nii on võimalik patsiendi ja tema lähedaste vastuseid võrrelda. Kui patsiendi ja tema lähedase vastused samade toimingute kohta erinevad selgelt, võib see osutada haigusesümptomitele.

Autorid:

Pekka Kuikka

Veijo Pulliainen

Juhani Salo

Timo Erkinjuntti

Suomen muistiasiantuntijat ry: Siiri Jaakson, Urve Jaakkola, Maisa Toljamo

MÄLUKÜSIMUSTIK

NIMI: _____ KUUPÄEV: _____

LUGEGE küsimus ja selle kõik vastusevariandid läbi. Valige vastusevariant, mis kirjeldab hetkeolukorda kõige paremini, ja tõmmake selle ees olevale numbrile **RING ÜMBER**. Vajadusel kirjutage lisainfot.

I MUUTUSED MÄLUS

- 1. Kas teil on meeles ära teha need asjad, milles olete kokku leppinud?**
 1. Mul on kokku lepitud asjade ära tegemine meeles sama hästi kui varem.
 2. Mul on kokku lepitud asjade ära tegemine meeles halvemini kui varem.
 3. Unustan peaaegu alati kokku lepitud asjad ära teha.
- 2. Kas teile jääb meelde, mida teile äsja räägiti?**
 1. Mäletan äsja räägitut sama hästi kui varem.
 2. Mäletan äsja räägitut natuke halvemini kui varem.
 3. Unustan peaaegu alati ära, mida mulle äsja räägiti.
- 3. Kas küsite või räägite samu asju uuesti ja uuesti?**
 1. Seda, et küsin või räägin samu asju uuesti, ei juhtu sagedamini kui varem.
 2. Seda, et küsin või räägin samu asju uuesti, juhtub sagedamini kui varem.
 3. Küsin ja räägin samu asju palju sagedamini kui varem.
- 4. Kas teil on lähedaste inimeste nimed meeles?**
 1. Mul on lähedaste inimeste nimed meeles sama hästi kui varem.
 2. Lähedaste inimeste nimede meenutamine on natuke raskem kui varem.
 3. Lähedaste inimeste nimede meenutamine on märgatavalt raskem kui varem.
- 5. Kuidas omandate uusi töövõtteid, näiteks mõne uue seadme kasutamist?**
 1. Omandan uusi töövõtteid sama hästi kui varem.
 2. Omandan uusi töövõtteid halvemini kui varem.
 3. Uute töövõtete omandamine on muutunud peaaegu võimatuks.

- 6. Kuidas õnnestuvad igapäevased käelised tegevused (kodumasinat kasutamine, käsitöö, toidu valmistamine, väiksemad parandustööd jne)?**

1. Hakkamasaamine igapäevase käelise tegevusega ei ole muutunud.
2. Igapäevane käeline tegevus on muutunud raskemaks.
3. Ma ei saa igapäevase käelise tegevusega enam praktiliselt hakkama.

- 7. Kuidas te oma mäluprobleemidesse ise suhtute?**

1. Minul ei ole mäluga probleeme.
2. Olen oma mäluprobleemide pärast natuke mures.
3. Olen oma mäluprobleemide pärast väga mures.

II MUUTUSED KÕNES JA TÄHELEPANUVÕIMES

- 8. Kui hästi te kuuldud jutust aru saate?**

1. Saan jutust sama hästi aru kui varem.
2. Mõnikord on arusaamisega raskusi, asju tuleb korrata.
3. Saan kuuldud jutust halvasti aru.

- 9. Kui hästi leiate rääkides õigeid sõnu?**

1. Leian rääkides õigeid sõnu sama hästi kui varem.
2. Aeg-ajalt pean rääkides sõnu otsima.
3. Pean rääkides pidevalt õigeid sõnu otsima.

- 10. Kui sujuv on teie kõne?**

1. Kõne on sama sujuv kui varem.
2. Kõne on veidi aeglasem ja ebakindlam kui varem.
3. Kõne on viimasel ajal väga aeglane ja takerduv.

- 11. Kuidas suudate ringi liikudes leida õige tee ja koha?**

1. Leian õige tee ja koha sama hästi kui varem.
2. Õige tee ja koha leidmine on mõnevõrra keeruliseks muutunud.
3. Ringi liikudes eksin viimasel ajal sagedasti.

JÄTKA PÖÖRDEL

III MUUTUSED ISIKUOMADUSTES JA KÄITUMISES

- 12. Kas tunnete huvi samade asjade vastu ja tegelete samade hobidega kui varem?**
1. Huvipakkuvad asjad ja hobid on samad nagu varem.
 2. Huvipakkuvaid asju ja hobisid on mõnevõrra vähemaks jäänud.
 3. Huvipakkuvaid asju ja hobisid on jäänud märgatavalt vähemaks.
- 13. Kas teete igapäevaseid toiminguid aeglasemalt?**
1. Tegutsen sama kiiresti kui varem.
 2. Tegutsen natuke aeglasemalt kui varem.
 3. Tegutsen märgatavalt aeglasemalt kui varem.
- 14. Kas olete sama algatusvõimeline kui varem?**
1. Algatusvõime tegutsemiseks on sama hea kui varem.
 2. Algatusvõime tegutsemiseks on mõnevõrra vähenenud.
 3. Algatusvõime tegutsemiseks on nõrk ja sageli täiesti kadunud.
- 15. Kas teie mõtlemine on sihipärane?**
1. Suudan keskenduda oma mõtetele sama sihipäraselt kui varem.
 2. Mõtted lähevad "rändama" sagedamini kui varem.
 3. Mõtlemine ei ole viimasel ajal sihipärane ja mõtted lähevad kogu aeg "rändama".
- 16. Kui hea on teie otsustusvõime rahaasjade ajamisel või mõnes keerulises olukorras?**
1. Otsustusvõime on endine.
 2. Otsustusvõime on mõnevõrra vähenenud.
 3. Otsustusvõime on märgatavalt vähenenud, tegutsen sageli mõtlemata tagajärgedele.
- 17. Kas võime ennast vaos hoida on varasema ajaga võrreldes muutunud, kas teete või ütlete asju, mida te varem ei oleks avalikult teinud või ütelnud?**
1. Võime ennast vaos hoida ei ole varasema ajaga võrreldes muutunud.
 2. Tundub, et võime ennast vaos hoida on mõnevõrra vähenenud.
 3. Võime ennast vaos hoida on märgatavalt vähenenud, ütlen ja teen sageli sobimatuid asju.

- 18. Kas hoolitsete enda ja teiste eest samamoodi nagu varem?**
1. Hoolitsen enda ja teiste eest samamoodi nagu varem.
 2. Olen enda ja teiste suhtes veidi ükskõiksem kui varem.
 3. Olen enda ja teiste vastu ükskõikne.
- 19. Kas teil on esinenud päevasel ajal hallutsinatsioone, kas näete olematuid asju?**
1. Hallutsinatsioone ei ole esinenud.
 2. Hallutsinatsioone on mõnikord esinenud.
 3. Hallutsinatsioone esineb sageli.
- 20. Kas olete viimasel ajal olnud depressiivses meeleolus?**
1. Ei ole depressiivsust enda juures märganud.
 2. Olen muutunud kurvameelsemaks ja mõnikord esineb masendust.
 3. Viimasel ajal olen sageli depressiivses meeleolus.

IV MÄLU JA TEISTE INFOKÄSITLEMIST PUUDUTAVATE MUUTUSTE ALGUS

- 21. Kuidas mälu- ja infokäsitlemist puudutavad muud probleemid algasid?**
1. Vähehaaval, mitme aasta jooksul.
 2. Küllalt kiiresti, mõne kuuga.

- 22. Millised olid esimesed probleemid? Millal hakkasite neile tähelepanu pöörama?**

- 23. Kas probleemide ilmnemisele eelnes mingi erakordne sündmus?**

1. Ei tea, et oleks midagi eelnenud.
2. Haigus või haigushoog:

3. Õnnetus:

4. Muu oluline elumuutus:

V PRAKTILINE TOIMETULEK

24. Kui palju vajate kõrvalist abi valikute tegemisel ja otsustamisel?

1. Saan valikute tegemise ja otsustamisega iseseisvalt hakkama nagu varemgi.
2. Vajan valikute tegemisel ja otsustamisel mõnikord teiste abi.
3. Vajan valikute tegemisel ja otsustamisel alati teiste abi.

25. Kuidas tulete toime ülesannetega väljaspool kodu (arvete maksmine jm rahaasjad, kaupluses käimine, reisimine jne)?

1. Ülesannetega väljaspool kodu tulen sama hästi toime kui varem.
2. Mõnikord vajan asjaajamisel kõrvalist abi.
3. Vajan sageli asjaajamisel kõrvalist abi.

26. Kas lähedased on märganud teie toimetulekuga või mäluga toimunud muutuseid?

1. Lähedased ei ole märganud muutuseid, mis on toimunud minu mäluga ja toimetulekuga.
2. Lähedased on märganud muutuseid, mis on toimunud minu mäluga ja toimetulekuga.
Kirjeldage täpsemalt:

27. Elukorraldust või toimetulekut puudutavad muud tähelepanekud või murekohad:
