План моего приёма: DISH

Возьмите этот лист, список лекарств и прежние снимки или заключения. Выберите один-два главных вопроса для приёма.

Имя (по желанию) _____ Дата приёма / врач _____

1. В чём мне прежде всего нужна помощь

Укажите действие или проблему: поворот головы, ходьба, глотание, сон или новый симптом.

2. Что изменилось и когда?

Отметьте падение или удар, новую боль, слабость, онемение, нарушение равновесия или глотания.

3. Моя цель в повседневной жизни

Я хочу снова / легче... Сейчас я могу...

4. Что полезно взять с собой

- ☐ Прежние снимки и заключения; список лекарств и добавок; сведения об аллергии.
- ☐ Что уже пробовали, помогло ли это и были ли нежелательные эффекты.
- ☐ Сведения о переломах, падениях, трудной интубации, планируемой операции и длительном приёме ретиноидов.

5. Что обсудить с врачом

- ☐ Какие симптомы связаны с DISH? Что ещё нужно проверить?
- ☐ Какие движения и лечебные упражнения подходят мне?
- ☐ Нужно ли учитывать движения шеи или глотание перед процедурой?
- ☐ Что делать дальше и когда оценить результат?

6. Наш план / следующий приём / к кому обращаться

Не ждите планового приёма, если после падения или удара появилась новая боль в шее или спине: нужна срочная оценка в тот же день. Новая слабость, нарушение ходьбы, потеря контроля мочеиспускания или стула, выраженное затруднение дыхания требуют немедленной экстренной помощи.

Храните заполненный лист у себя: он предназначен для приёма, а не для отправки через сайт.

Клиническое содержание проверено 30 октября 2026