

Име:

Историја мојих падова

- Имао/ла сам најмање један пад у последњих 6 месеци

да не не знам тачно

О лековима које узимам

- Редовно узимам таблете за спавање, за смирење или против депресије.

да не не знам тачно

- Узимам 4 или више врста лекова

да не не знам тачно

О мојој физичкој активности

- Имам мање од 30 минута физичке активности дневно (као што је шетња, рад у кући, рад у башти или куглање) већину дана у седмици.

да не не знам тачно

О мом здравственом стању

Имам, или сам имао/ла следеће проблеме:

- Проблеме са срцем, крвним притиском или циркулацијом.

да не не знам тачно

- Мождани удар

да не не знам тачно

- Дијабетес

да не не знам тачно

- Паркинсонову болест

да не не знам тачно

- Вртоглавицу или несвестицу

да не не знам тачно

- Немогућност задржавања мокраће, хитну потребу за тоалетом.

да не не знам тачно

- Однедавну велику промену у мом здравственом стању.

да не не знам тачно

О мојој равнотежи и ходању

- Имам потешкоћа да устанем са столице.

да не не знам тачно

- Имам слабу равнотежу кад ходам.

да не не знам тачно

- Имам бол у стопалима кад ходам, и/или отечена стопала, и/или деформисана стопала.

да не не знам тачно

О мом виду

- Слабо видим

да не не знам тачно

- Прошло је више од 12 месеци од кад сам имао/ла преглед очију.

да не не знам тачно

Ако сте одговорили **да** или **нисте тачно знали** одговор на више од једног горе наведених питања, може вам се десити да паднете.

Да бисте сазнали више, молимо да опширније разговарате о овом упитнику кад следећи пут посетите вашег

- доктора
- стручњака за радну медицину
- физио терапеута
- апотекара
- ортопеда
- медицинску сестру

Ови здравствени стручњаци вам могу дати савет о корацима које можете да предузмете да бисте смањили могућност пада или повреде.

Не заборавите да ако имате остеопорозу ризик од повреде при паду је још већи.

Молимо да окренете страницу за даље важне информације и контакте.