

أداة الحوار بين المريض والطبيب



AMERICAN COLLEGE
OF RHEUMATOLOGY
EDUCATION • TREATMENT • RESEARCH



قائمة فحص أعراض الذئبة

صُممت قائمة الفحص هذه لمساعدتك في إعطاء طبيبك أو أخصائي الرعاية الصحية التابع له وصف شامل لخبراتك. عند مناقشتها مع مزود الخدمة التابع له، ستساعدك هذه المعلومات على إعطاء صورة أفضل للأعراض التي تشعر بها أو التشخيص والعلاج. يُرجى إتمام قائمة فحص أعراض الذئبة هذه واصطحبها معك في موعدك التالي.

قائمة فحص أعراض الذئبة					
الأعراض	✓	أين؟	متى كانت أول ملاحظة لها؟	كم مرة؟	التواريخ الأخيرة
مثال: طفح جلدي أحمر	✓	الوجه والصدر	منذ عامين	مرة أو مرتين في الشهر	10/8 ، 9/17 10/23 ، 11/15
إجهاد شديد					
ألم أو تورم المفاصل					
ألم أو ضعف العضلات					
حمى غير مفسرة					
ألم في الصدر مع تنفس عميق					
اكتئاب، نوبات مرضية، صداع					
تساقط غير عادي للشعر					
أصابع اليد أو القدم شاحبة أو أرجوانية					
طفح جلدي أحمر أو تغير في اللون					
حساسية تجاه الشمس					
أخرى:					

الآن يمكنك معرفة علامات الذئبة، واتخاذ إجراء تجاهها

من المهم أن تعرف أن الذئبة هي مرض يمكن علاجه وإدارته. فمع التشخيص والعلاج المناسب، يمكن الآن إدارة المرض على نحو أكبر الآن عما كان عليه منذ سنوات مضت. سيتاح للأفراد مرضى الذئبة الفرصة لمعيشة حياة كاملة ومنتجة. وإذا كنت تشك في احتمالية إصابتك أو تعرضك لخطر إصابتك بالذئبة، فعليك زيارة الطبيب الخاص بك. هذه هي الطريقة الوحيدة لمساعدتك على إدارتها. أنظر التنبيهات الهامة التالية بشأن التحدث مع طبيبك.

التحدث مع أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك

قد يكون تشخيص الذئبة أمراً صعباً. وقد يستغرق الأمر بعض الوقت من الأطباء أو أخصائيي الرعاية الصحية الآخرين لجمع الأعراض معاً لتشخيص هذا المرض المعقد. فتحديد التشخيص الصحيح لمرض الذئبة يتطلب تواصل جيد بينك وبين أخصائي الرعاية الصحية.

كيف يتم التشخيص

إذا كنت تواجه الأعراض والعلامات العامة لمرض الذئبة، من المهم أن تتخذ إجراء. لا يمكن سوى للأخصائي الطبي تحديد تشخيص الذئبة.

- عليك أولاً إبلاغ أخصائي الرعاية الصحية بشأن الأعراض والمشكلات التي تواجهها حتى تساعدك أو تساعدك في فهم ما تواجهه. يُمكن لتاريخك أن يوفر آثار لمرض، على سبيل المثال، إذا تعرض أحد الأشخاص في أسرتك للإصابة بمرض الذئبة. شارك قائمة فحص الذئبة التي قمت بإتمامها مع أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك.
- سيتم فحصك للتحقق من وجود طفح جلدي أو علامات أخرى تشير إلى حدوث أمر خاطئ.
- إجراء اختبارات معملية للدم والبول، على سبيل المثال، يمكن أخذها لمعرفة كيفية عمل نظام المناعة. 1

ما يجب عليك سؤال أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك بشأنه

لا تكن خائفاً في طرح الأسئلة، أياً ما كانت حساسة. وها هي بعض الأسئلة التي عليك النظر في طرحها:

- التشخيص والعلاج
 - هل قد تكون حالتي متعلقة بأمر آخر، مثل أدوية أو حساسية؟
 - هل هناك طريقة لنا لمعرفة مدى خطورة الذئبة لدي؟
 - هل هناك أي أدوية إضافية أو أخصائيين رعاية صحية عليّ زيارتهم؟

• العلاجات/الأنشطة الأخرى

- إلى جانب الأدوية التي تصفها لي، هل علي تناول فيتامينات أو مكملات غذائية؟
- هل هناك أي أنشطة إضافية، مثل ممارسة الرياضة أو اليوجا علي المشاركة فيها وهل قد يساعد ذلك في حالتي؟
- هل من الجيد تلقي اللقاحات والتطعيمات؟

• اعتبارات نمط الحياة

- ماذا علي أن أبلغ أسرتي بشأن حالتي؟
- هل سأحتاج للاستقالة من وظيفتي؟
- هل سيؤثر ذلك على سفري؟
- لقد سمعت بأن شركات الأدوية تجري تجارب سريرية على العقارات الجديدة. هل يمثل ذلك خياراً جيداً بالنسبة لي؟
- ماذا إذا أردت الحصول على طفل؟

المراجع: الموقع الإلكتروني للمعهد الوطني لالتهاب المفاصل والعضلات والعظام والأمراض الجلدية. الأشكال المتعددة للذئبة: معلومات عن المجتمعات متعددة الثقافات .
http://www.niams.nih.gov/health_info/lupus/living_with_lupus.asp. تم الدخول في 27 يوليو 2015. وقد أيد هذا المشروع من خلال منحة رقم 6MPCMP081013-05-01 من وزارة الصحة والخدمات البشرية الأمريكية مكتب صحة الأقلية (OMH،HHS) ومكتب صحة المرأة (OWH) ومكتب جراحين العموم (OSG). لا يتحمل مسؤولية هذا المحتوى سوى مؤلفيه ولا يمثل وجهة نظر رسمية صادرة عن وزارة الصحة والخدمات الأمريكية وصحة المرأة ومكتب صحة الأقلية.

www.thelupusinitiative.org