

Sjekkliste 2 - NARKOLEPSI

OPPFØLGING

Til bruk i legetimer. Se også sjekkliste 1, nydiagnostiserte. Nyttig huskeliste for å sikre skreddersydd behandling av høy kvalitet og forebygge negative konsekvenser av sykdommen. Inspirert av diverse epilepsisjekklister. Det er grunnet sykdommens kompleksitet ofte behov for hyppig kontakt med lege/sykepleier/tverrfaglig team, spesielt i starten, ved medisinendringer og livsendringer. Laget av Ragnhild Berling Grande, nevrolog/overlege/medisinsk rådgiver ved NevSom- nasjonalt kompetansesenter for nevrotviklingsforstyrrelser og hypersomnier, OUS, Ullevål, Juli 2019, rev.febr.2020.

Hvordan er symptomene nå? <ul style="list-style-type: none">○ Søvnighet/ søvnafall/ sliten/ utmattet/ konsentrasjon/ hukommelse/ arbeidstempo○ Katapleksi? (hyppighet, lokalisasjon og trigger?)○ Andre narkolepsisymptomer? Urolig, oppstykket nattesøvn? Mareritt/hallus./paralyse○ Komorbide tilstander? Diagnostisert? godt behandlet?		
Kunnskap om egen sykdom? <ul style="list-style-type: none">○ Sjekk pasientens kunnskap om sykdommen og behandlingsprinsippene.○ Ofte behov for å gjenta informasjon.○ Kjenner pasienten til NevSom-nasjonalt kompetansesenter? Fått gratisboken «Zzznork»? www.nevsom.no.○ Kjenner til Søvnforeningen? www.sovnforeningen.no		
Hvordan går det i hverdagslivet/ psykososialt? <ul style="list-style-type: none">○ Livskvalitet?○ Skole/ utdanning-tilrettelegging○ Arbeid- tilrettelegging○ NAV-ytelser?○ Fritid○ Praktiske gjøremål○ Psykososialt/ relasjoner/ familieliv○ Økonomi○ Bilkjøring/førerkort/offentlig transport	Medikamenter (komplett liste + prevensjon) <ul style="list-style-type: none">○ Etterlevelse○ Effekt○ Bivirkninger(BT,puls, vekt, evt. EKG)○ Interaksjoner Tverrfaglig behandling <ul style="list-style-type: none">○ poliklinikk-sykepleier?○ Sosionom, ergo, psyk...	
Hva gjør pasienten selv? <ul style="list-style-type: none">○ Sovepauser/powernaps? Varighet 15-20 min?○ Kunnskap om egen sykdom og behandling? Informert omgivelsene?○ Fysisk aktivitet, sport, frisk luft, dagslys!○ Jevn døgnrytme – også i helgene, nok søvn?○ Unngå store måltider?○ Andre mestringstiltak?	Har pasienten vanlige tilleggsvansker? <ul style="list-style-type: none">○ Konsentrasjon○ Hukommelse○ Humørsvingninger○ Depresjon/angst○ Overvekt	
Kun for kvinner <ul style="list-style-type: none">○ Familieplanlegging○ Prevensjon (sikker? sjekk interaksjoner)	Vurdering/oppsummering <ul style="list-style-type: none">○ Endringer/ tiltak○ Snakk om behandlingsmål og pasientens ønsker og behov	Videre oppfølging <ul style="list-style-type: none">○ Spesialist m/kompetanse○ Fast kontaktlege○ Poliklinikk-sykepleier○ Tverrfaglig team○ Hyppighet etter behov○ Også gå til fastlegen

