



ONKOLOŠKI INŠTITUT  
INSTITUTE OF ONCOLOGY  
LJUBLJANA

# ZDRAVLJENJE Z RADIJEVIM KLORIDOM

## Informacije za bolnika



## **ZDRAVLJENJE Z RADIJEVIM KLORIDOM**

Informacije za bolnika

2. izdaja

### **Avtor:**

izr. prof. dr. Boštjan Šeruga, dr. med., specialist internistične onkologije

### **Recenzenta:**

mag. Tomaž Milanež, dr. med., specialist interne medicine

doc. dr. Ivana Žagar, dr. med., specialistka nuklearne medicine

**Izdajatelj in založnik:** Onkološki inštitut Ljubljana

**Tisk:** Tiskarna Koštomaj d.o.o., Celje

**Naklada:** 120 izvodov

**Leto izida:** 2023

INT/2023/7

Knjižice za bolnike so dosegljive tudi v digitalni obliki na spletnih straneh  
[www.onko-i.si/za-javnost-in-bolnike/publikacije](http://www.onko-i.si/za-javnost-in-bolnike/publikacije)

## KAZALO

Ko odpove hormonsko zdravljenje .....	4
Ko se rak s prostate razširi v kosti .....	5
Radijev klorid	
Novo zdravilo v vašem zdravljenju .....	6
Koristi zdravljenja z radijevim kloridom .....	7
Varnost radijevega klorida in vi .....	8
Faze zdravljenja z radijevim kloridom .....	10
Drugi pomembni dejavniki, ki jih je treba upoštevati med zdravljenjem z radijevim kloridom .....	12
Vprašalnik za oceno vašega zdravja .....	14

## KO ODPOVE HORMONSKO ZDRAVLJENJE

Najpogostnejša začetna oblika zdravljenja napredovalega raka prostate je hormonska terapija. Temelj hormonskega zdravljenja je kastracija, ki jo lahko dosežemo bodisi z zdravili ali z odstranitvijo mod, zaradi česar se vrednost moškega spolnega hormona v krvi izrazito zmanjša. Onkolog vas je seznanil z vašo boleznijo in vam pojasnil, da se vaš rak prostate ne odziva več na hormonsko zdravljenje. Strokovni izraz za to stanje je proti kastraciji odporen rak prostate.

Običajno na tej stopnji bolezen že zaseva (metastazira) tudi v druge dele telesa, najpogosteje v kosti. Strokovni izraz za to stanje je metastatski proti kastraciji odporen rak prostate.

V tej fazi bolezni vam bo vaš onkolog predlagal spremembo zdravljenja. Priporočil vam bo za vas najprimernejše zdravljenje, katerega cilj je upočasniti nadaljnje širjenje bolezni in lajšati oziroma odpraviti bolezenske simptome.



## **KO SE RAK S PROSTATE RAZŠIRI V KOSTI**

Ko se rak s prostate razširi v kosti, se običajno na mestih zasevkov kopiči novonastala kostnina, ki je slabše kakovosti od normalne. Bolečina je najpogostnejši simptom, ki ga povzročajo kostni zasevki. Na mestu zasevkov kosti postanejo krhkejše in zato tudi lažje lomljive. Redek, vendar hud zaplet kostnih zasevkov raka prostate je utesnitev hrbtenjače, zaradi katere lahko nastopi ohromelost. Nemudoma poiščite zdravniško pomoč, v kolikor se vam na novo pojavi huda bolečina v križu ali hrbtenici, odrevenelost in/ali šibkost v spodnjih okončinah in/ali težave z odvajanjem vode ali blata. Vsekakor vašega onkologa sproti obveščajte o kakršnih koli težavah, ki se vam med zdravljenjem pojavljajo. Le pravočasno in pravilno izbrano zdravljenje vam lahko prihrani marsikatero težavo, ki jih kostni zasevki povzročajo. Pomembno je, da svoje težave, ki vam jih bolezen povzroča, delite tudi s svojimi najbližjimi in jih tako aktivno vključite v vaše zdravljenje.

## RADIJEV KLORID

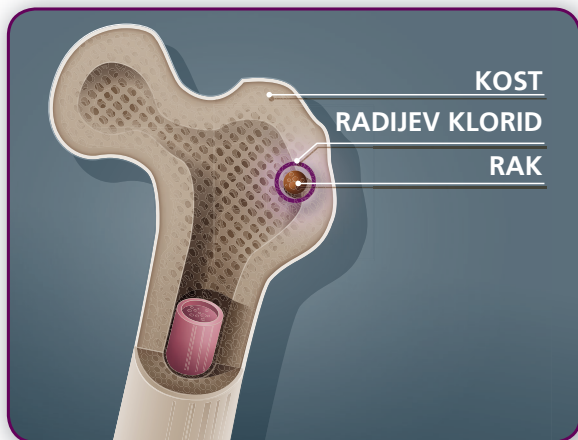
### NOVO ZDRAVILO V VAŠEM ZDRAVLJENJU

Radijev klorid se uporablja za zdravljenje bolnikov z razsejanim, proti kastraciji odpornim rakom prostate, ki imajo težave zaradi kostnih zasevkov. Radijev klorid vsebuje radioaktivno snov radij-223; je v obliki raztopine, ki jo ustrezno usposobljeni strokovnjak vbrizga v veno.

Najbrž veste, da spada kalcij med glavne sestavine kosti. Potreben je za mineralizacijo tako zdrave kot tudi bolezensko spremenjene kostnine. Radij lahko posnema kalcij, zato se radijev klorid pri bolnikih z rakom prostate nakopiči predvsem v predelih novonastale kostnine, torej v kostnih zasevkih.

Radijev klorid na mestu kopičenja v kostnih zasevkih oddaja močno sevanje, ki ima kratek dolet. Posledično uničuje rakave celice v neposredni bližini in le neznatno vpliva na okolne zdrave celice v kostnem mozgu in na druge organe v telesu.

Radijev klorid s svojim sevanjem uničuje rakave celice v kostnih zasevkih



## **KORISTI ZDRAVLJENJA Z RADIJEVIM KLORIDOM**

Radijev klorid so preskušali v dvojno slepi klinični raziskavi, v katero so zajeli 921 moških z metastatskim, proti kastraciji odpornim rakom prostate. V tej raziskavi sta dve tretjini naključno izbranih bolnikov prejemale radijev klorid, preostala tretjina pa placebo, torej injekcijo, brez aktivnega zdravila.



### **MOŠKI, KI SO BILI ZDRAVLJENI Z RADIJEVIM KLORIDOM, SO:**

- živeli dlje kot tisti, ki so prejeli placebo;
- imeli manj kostnih zapletov (na primer zlomov in bolečine) kot tisti, ki so prejeli placebo;
- imeli boljšo kakovost življenja med zdravljenjem kot tisti, ki so prejeli placebo.

## VARNOST RADIJEVEGA KLORIDA IN VI

Ker radijev klorid lahko neugodno vpliva tudi na zdrave celice v kostnem mozgu, vam bo vaš onkolog pred začetkom in vsakim ciklom zdravljenja z radijevim kloridom opravil krvne preiskave. Onkolog bo še posebej pozoren na vrednosti belih (levkocitov) in rdečih krvničk (eritrocitov) ter krvnih ploščic (trombocitov).

Če trpite za boleznimi kostnega mozga, o tem obvestite vašega onkologa, ki bo nato presodil, ali je zdravljenje z radijevim kloridom za vas primerno. Nekateri bolniki, ki so bili vključeni v klinično raziskavo, so morali trajno prekiniti zdravljenje z radijevim kloridom zaradi težav s kostnim mozgom.

Pomembno je, da se vi in vaši bližnji z onkologom posvetujete o stranskih učinkih, ki se lahko pojavijo med zdravljenjem.

**Najpogosteje opaženi neželeni učinki** pri bolnikih, prejemnikih radijevega klorida, so:

- **driska,**
- **slabost,**
- **bruhanje,**
- **trombocitopenija** (znižana raven krvnih ploščic).





**Manj pogostni neželeni učinki** pri bolnikih, ki so prejeli radijev klorid, so:

- znižanje skupnega števila belih krvničk, imenovano **levkopenija**;
- znižanje ravni podvrste belih krvničk (nevtrofilcev), imenovano **nevtropenija**;
- znižanje skupnega števila belih in rdečih krvničk ter krvnih ploščic imenovano **pancitopenija**;
- **reakcija na mestu vbrizganja**, kot so kožna rdečica, bolečina in otekanje.

**Vašega zdravnika nemudoma obvestite, če med zdravljenjem z radijevim kloridom opazite katerega od naslednjih simptomov:**

- **modrice ali modro-vijolične pikaste** spremembe po koži,
- nenavadno močne **krvavitve** že po manjših poškodbah,
- **zvišano telesno temperaturo** ali nenavadno pogostne prehlade in druge okužbe.

Povprašajte onkologa o možnih načinih obvladovanja neželenih učinkov. Če imate kakršnakoli vprašanja o svojem zdravljenju, se posvetujte s svojim onkologom.

## FAZE ZDRAVLJENJA Z RADIJEVIM KLORIDOM

Če je radijev klorid primeren za vas, vas bo onkolog napotil na Oddelek za nuklearno medicino na Onkološkem inštitutu Ljubljana, kjer vam bo ustrezno usposobljeno osebje vbrizgalo radijev klorid.



### Pred začetkom zdravljenja

Pred začetkom zdravljenja z radijevim kloridom boste opravili krvne preiskave. Tako se bo vaš onkolog prepričal, ali vaša krvna slika dopušča varno uporabo zdravila.



### Na dan zdravljenja

Ob naročeni uri se zglasite na Oddelku za nuklearno medicino, kjer vas bodo prevzeli v obravnavo. Z vami se bo najprej pogovoril zdravnik – specialist nuklearne medicine, nato vas bodo stehali ter pripravili vaši telesni masi prilagojen odmerek radijevega klorida. Samo vbrizgavanje zdravila traja približno eno minuto. Med zdravljenjem ga boste predvidoma prejeli šestkrat – po eno intravensko injekcijo vsake 4 tedne.



### Po zdravljenju

Po injekciji boste lahko nadaljevali z vsakodnevnimi dejavnostmi. Med prejetjem radijevega klorida boste še naprej redno obiskovali svojega onkologa, da bo lahko nadalje spremljal vaše zdravljenje.

## PSA

### **Radijev klorid in prostatični specifični antigen (PSA)**

Radijev klorid je dokazano učinkovit in varen za zdravljenje vaše bolezni. Le redko občutneje zniža raven PSA. Če tudi se vam slednja med zdravljenjem ne bo bistveno znižala, še ne pomeni, da vam radijev klorid ne koristi. Onkolog bo na podlagi vašega počutja in izvidov kontrolnih krvnih in slikovnih preiskav sproti ocenjeval stranske učinke in učinkovitost zdravljenja.



### **Upoštevajte priporočeni načrt zdravljenja**

Za zagotavljanje čim večjih koristi radijevega klorida vam priporočamo, da redno hodite na preglede in upoštevate načrt zdravljenja. Če določenega dne, ko naj bi prejeli radijev klorid, ne boste mogli priti, obvestite o tem svojega onkologa vsaj en teden prej.

## DRUGI POMEMBNI DEJAVNIKI, KI JIH JE TREBA UPOŠTEVATI MED ZDRAVLJENJEM Z RADIJEVIM KLORIDOM

### Ohranjajte normalne stike z družino in prijatelji.

Ni vam treba omejevati stikov z ljudmi neposredno po zdravljenju. Tako kot navadno seveda lahko objemate bližnje, se družite s prijatelji in igrate z vnuki.

### Higiena je pomembna

Radioaktivnost se iz telesa izloča predvsem z blatom. Med prejemanjem radijevega klorida in vsaj en teden po zadnji injekciji upoštevajte naslednje nasvete, kadar je le mogoče.

- Ne pozabite si umiti rok po vsakem obisku stranišča.
- Po vsaki uporabi stranišče večkrat izplaknite.
- Če bi se vaši telesni izločki (seč, blato, bruhanje) razlili, jih nemudoma v celoti odstranite, nato si vi in vaši pomočniki temeljito umijte roke.
- S predmeti, na primer posteljnino, ki so prišli v stik s telesnimi tekočinami, ravnajte nadvse previdno.
- Če telesni izločki pridejo v stik z oblačili, jih nemudoma operite ločeno od drugih kosov.
- Ne pozabite med vsakim čiščenjem telesnih izločkov nositi rokavic ali halje za enkratno uporabo. Rokavice odstranite skladno z navodili, ki ste jih prejeli.
- Vaša kopalnica in stranišče naj bosta čista.



### **Spolni odnosi med zdravljenjem z radijevim kloridom**

Med zdravljenjem imate lahko spolne odnose. Zaradi morebitnega vpliva sevanja na spermo med zdravljenjem vedno uporabljajte učinkovito kontracepcijo (kondom). Pomembno je, da s takšno prakso nadaljujete še vsaj šest mesecev po zaključku zdravljenja z radijevim kloridom.

# VPRAŠALNIK ZA OCENO VAŠEGA ZDRAVJA

EQ-5D-5L

Prosimo vas, če izpolnete vprašalnik predno ali takoj ko prejmete prvo injekcijo radijevega klorida.

Pod vsakim naslovom odključajte **EN okvirček**, ki najbolje opisuje vaše zdravje **DANES**

## POKRETNOST

- |                              |                          |
|------------------------------|--------------------------|
| Nimam težav s hojo           | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave s hojo    | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave s hojo    | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave s hojo      | <input type="checkbox"/> |
| Priklenjen-a sem na posteljo | <input type="checkbox"/> |

## SKRB ZASE

- |   |                          |
|---|--------------------------|
| Nimam težav z umivanjem ali oblačenjem        | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave z umivanjem ali oblačenjem | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave z umivanjem ali oblačenjem | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave z umivanjem ali oblačenjem   | <input type="checkbox"/> |
| Ne morem se sam-a umiti ali obleči            | <input type="checkbox"/> |

**OBIČAJNE DEJAVNOSTI** (npr. služba, študij, gospodinjstva dela, družina ali prosti čas)

- |  |                          |
|--|--------------------------|
| Nimam težav pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti        | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti   | <input type="checkbox"/> |
| Ne morem opravljati svojih običajnih dejavnosti                | <input type="checkbox"/> |

## BOLEČINE/NEUGODJE

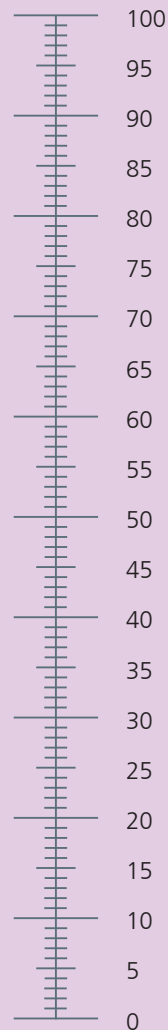
- |   |                          |
|---|--------------------------|
| Ne čutim bolečin ali neugodja                 | <input type="checkbox"/> |
| Čutim rahle bolečine ali neugodje             | <input type="checkbox"/> |
| Čutim zmerne bolečine ali neugodje            | <input type="checkbox"/> |
| Čutim hude bolečine ali neugodje              | <input type="checkbox"/> |
| Čutim nevzdržne bolečine ali skrajno neugodje | <input type="checkbox"/> |

## TESNOBA/POTRTOST

- |                                     |                          |
|-------------------------------------|--------------------------|
| Nisem tesnoben-na ali potrt-a       | <input type="checkbox"/> |
| Sem rahlo tesnoben-na ali potrt-a   | <input type="checkbox"/> |
| Sem zmerno tesnoben-na ali potrt-a  | <input type="checkbox"/> |
| Sem hudo tesnoben-na ali potrt-a    | <input type="checkbox"/> |
| Sem skrajno tesnoben-na ali potrt-a | <input type="checkbox"/> |

- Zanima nas, kako dobro ali slabo je vaše zdravje DANES.
- Ta lestvica je oštevičena od 0 do 100.
- 100 pomeni **najboljše** zdravje, ki si ga lahko predstavljate.  
0 pomeni **najslabše** zdravje, ki si ga lahko predstavljate.
- Na lestvici s križcem (x) označite, kakšno je vaše zdravje DANES.
- Številko, ki ste jo na lestvici označili, sedaj vpišite v spodnji okvirček.

Najboljše zdravje, ki si ga lahko predstavljate



Najslabše zdravje, ki si ga lahko predstavljate

VAŠE ZDRAVJE DANES =

# VPRAŠALNIK ZA OCENO VAŠEGA ZDRAVJA

EQ-5D-5L

Prosimo vas, če izpolnete vprašalnik po prejeti 3. injekciji radijevega klorida.

Pod vsakim naslovom odključajte **EN okvirček**, ki najbolje opisuje vaše zdravje **DANES**

## POKRETNOST

- |                              |                          |
|------------------------------|--------------------------|
| Nimam težav s hojo           | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave s hojo    | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave s hojo    | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave s hojo      | <input type="checkbox"/> |
| Priklenjen-a sem na posteljo | <input type="checkbox"/> |

## SKRB ZASE

- |   |                          |
|---|--------------------------|
| Nimam težav z umivanjem ali oblačenjem        | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave z umivanjem ali oblačenjem | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave z umivanjem ali oblačenjem | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave z umivanjem ali oblačenjem   | <input type="checkbox"/> |
| Ne morem se sam-a umiti ali obleči            | <input type="checkbox"/> |

**OBIČAJNE DEJAVNOSTI** (npr. služba, študij, gospodinjstva dela, družina ali prosti čas)

- |  |                          |
|--|--------------------------|
| Nimam težav pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti        | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti   | <input type="checkbox"/> |
| Ne morem opravljati svojih običajnih dejavnosti                | <input type="checkbox"/> |

## BOLEČINE/NEUGODJE

- |   |                          |
|---|--------------------------|
| Ne čutim bolečin ali neugodja                 | <input type="checkbox"/> |
| Čutim rahle bolečine ali neugodje             | <input type="checkbox"/> |
| Čutim zmerne bolečine ali neugodje            | <input type="checkbox"/> |
| Čutim hude bolečine ali neugodje              | <input type="checkbox"/> |
| Čutim nevzdržne bolečine ali skrajno neugodje | <input type="checkbox"/> |

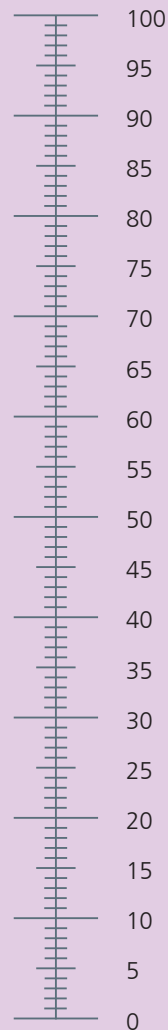
## TESNOBA/POTRTOST

- |                                     |                          |
|-------------------------------------|--------------------------|
| Nisem tesnoben-na ali potrt-a       | <input type="checkbox"/> |
| Sem rahlo tesnoben-na ali potrt-a   | <input type="checkbox"/> |
| Sem zmerno tesnoben-na ali potrt-a  | <input type="checkbox"/> |
| Sem hudo tesnoben-na ali potrt-a    | <input type="checkbox"/> |
| Sem skrajno tesnoben-na ali potrt-a | <input type="checkbox"/> |



- Zanima nas, kako dobro ali slabo je vaše zdravje DANES.
- Ta lestvica je oštevičena od 0 do 100.
- 100 pomeni **najboljše** zdravje, ki si ga lahko predstavljate.  
0 pomeni **najslabše** zdravje, ki si ga lahko predstavljate.
- Na lestvici s križcem (x) označite, kakšno je vaše zdravje DANES.
- Številko, ki ste jo na lestvici označili, sedaj vpišite v spodnji okvirček.

Najboljše zdravje, ki si ga lahko predstavljate



Najslabše zdravje, ki si ga lahko predstavljate

VAŠE ZDRAVJE DANES =

# VPRAŠALNIK ZA OCENO VAŠEGA ZDRAVJA

EQ-5D-5L

Prosimo vas, če izpolnete vprašalnik po zaključenem zdravljenju z radijevim kloridom.

Pod vsakim naslovom odključajte **EN okvirček**, ki najbolje opisuje vaše zdravje **DANES**

## POKRETNOST

- |                              |                          |
|------------------------------|--------------------------|
| Nimam težav s hojo           | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave s hojo    | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave s hojo    | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave s hojo      | <input type="checkbox"/> |
| Priklenjen-a sem na posteljo | <input type="checkbox"/> |

## SKRB ZASE

- |   |                          |
|---|--------------------------|
| Nimam težav z umivanjem ali oblačenjem        | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave z umivanjem ali oblačenjem | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave z umivanjem ali oblačenjem | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave z umivanjem ali oblačenjem   | <input type="checkbox"/> |
| Ne morem se sam-a umiti ali obleči            | <input type="checkbox"/> |

**OBIČAJNE DEJAVNOSTI** (npr. služba, študij, gospodinska dela, družina ali prosti čas)

- |  |                          |
|--|--------------------------|
| Nimam težav pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti        | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti   | <input type="checkbox"/> |
| Ne morem opravljati svojih običajnih dejavnosti                | <input type="checkbox"/> |

## BOLEČINE/NEUGODJE

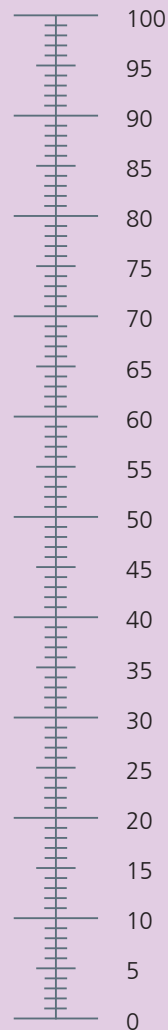
- |   |                          |
|---|--------------------------|
| Ne čutim bolečin ali neugodja                 | <input type="checkbox"/> |
| Čutim rahle bolečine ali neugodje             | <input type="checkbox"/> |
| Čutim zmerne bolečine ali neugodje            | <input type="checkbox"/> |
| Čutim hude bolečine ali neugodje              | <input type="checkbox"/> |
| Čutim nevzdržne bolečine ali skrajno neugodje | <input type="checkbox"/> |

## TESNOBA/POTRTOST

- |                                     |                          |
|-------------------------------------|--------------------------|
| Nisem tesnoben-na ali potrt-a       | <input type="checkbox"/> |
| Sem rahlo tesnoben-na ali potrt-a   | <input type="checkbox"/> |
| Sem zmerno tesnoben-na ali potrt-a  | <input type="checkbox"/> |
| Sem hudo tesnoben-na ali potrt-a    | <input type="checkbox"/> |
| Sem skrajno tesnoben-na ali potrt-a | <input type="checkbox"/> |

- Zanima nas, kako dobro ali slabo je vaše zdravje DANES.
- Ta lestvica je oštevičena od 0 do 100.
- 100 pomeni **najboljše** zdravje, ki si ga lahko predstavljate.  
0 pomeni **najslabše** zdravje, ki si ga lahko predstavljate.
- Na lestvici s križcem (x) označite, kakšno je vaše zdravje DANES.
- Številko, ki ste jo na lestvici označili, sedaj vpišite v spodnji okvirček.

Najboljše zdravje, ki si ga lahko predstavljate



Najslabše zdravje, ki si ga lahko predstavljate

VAŠE ZDRAVJE DANES =

# VPRAŠALNIK ZA OCENO VAŠEGA ZDRAVJA

EQ-5D-5L

Prosimo vas, če izpolnete vprašalnik 6 mesecev po zaključenem zdravljenju z radijevim kloridom.

Pod vsakim naslovom odkljukajte **EN okvirček**, ki najbolje opisuje vaše zdravje **DANES**

## POKRETNOST

- |                              |                          |
|------------------------------|--------------------------|
| Nimam težav s hojo           | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave s hojo    | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave s hojo    | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave s hojo      | <input type="checkbox"/> |
| Priklenjen-a sem na posteljo | <input type="checkbox"/> |

## SKRB ZASE

- |   |                          |
|---|--------------------------|
| Nimam težav z umivanjem ali oblačenjem        | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave z umivanjem ali oblačenjem | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave z umivanjem ali oblačenjem | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave z umivanjem ali oblačenjem   | <input type="checkbox"/> |
| Ne morem se sam-a umiti ali obleči            | <input type="checkbox"/> |

**OBİČAJNE DEJAVNOSTI** (npr. služba, študij, gospodinjstva dela, družina ali prosti čas)

- |  |                          |
|--|--------------------------|
| Nimam težav pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti        | <input type="checkbox"/> |
| Imam manjše težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti | <input type="checkbox"/> |
| Imam zmerne težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti | <input type="checkbox"/> |
| Imam hude težave pri opravljanju svojih običajnih dejavnosti   | <input type="checkbox"/> |
| Ne morem opravljati svojih običajnih dejavnosti                | <input type="checkbox"/> |

## BOLEČINE/NEUGODJE

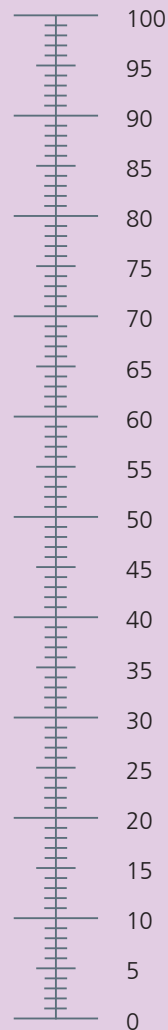
- |   |                          |
|---|--------------------------|
| Ne čutim bolečin ali neugodja                 | <input type="checkbox"/> |
| Čutim rahle bolečine ali neugodje             | <input type="checkbox"/> |
| Čutim zmerne bolečine ali neugodje            | <input type="checkbox"/> |
| Čutim hude bolečine ali neugodje              | <input type="checkbox"/> |
| Čutim nevzdržne bolečine ali skrajno neugodje | <input type="checkbox"/> |

## TESNOBA/POTRTOST

- |                                     |                          |
|-------------------------------------|--------------------------|
| Nisem tesnoben-na ali potrt-a       | <input type="checkbox"/> |
| Sem rahlo tesnoben-na ali potrt-a   | <input type="checkbox"/> |
| Sem zmerno tesnoben-na ali potrt-a  | <input type="checkbox"/> |
| Sem hudo tesnoben-na ali potrt-a    | <input type="checkbox"/> |
| Sem skrajno tesnoben-na ali potrt-a | <input type="checkbox"/> |

- Zanima nas, kako dobro ali slabo je vaše zdravje DANES.
- Ta lestvica je oštevičena od 0 do 100.
- 100 pomeni **najboljše** zdravje, ki si ga lahko predstavljate.  
0 pomeni **najslabše** zdravje, ki si ga lahko predstavljate.
- Na lestvici s križcem (x) označite, kakšno je vaše zdravje DANES.
- Številko, ki ste jo na lestvici označili, sedaj vpišite v spodnji okvirček.

Najboljše zdravje, ki si ga lahko predstavljate



Najslabše zdravje, ki si ga lahko predstavljate

VAŠE ZDRAVJE DANES =





