

## Atooppisen ihottuman ymmärtäminen ADCT-kyselyn avulla

Atooppinen ihottuma on krooninen ihosairaus. Se on yleinen ja hoidettavissa oleva sairaus, mutta sen hoito ei aina ole helppoa ja se saattaa vaikuttaa elämänlaatuusi eri tavoilla.

Atooppisen ihottuman hoitotasapainon kaikkien elämän osa-alueiden – mukaan lukien näkyvien iho-oireiden, kutinan ja kivun sekä yleisen elämänlaadun – arviointi voi auttaa lääkäriä seuraamaan hoitovastetta ja ohjaamaan keskustelua juuri sinulle sopivasta parhaasta hoidosta sekä asettamaan saavutettavissa olevia hoitotavoitteita.

Atooppisen ihottuman hoitotasapainoa arvioiva kysely (ADCT) on työkalu, jonka tarkoitus on lisätä omaa sekä lääkärin kokonaisvaltaista ja perusteellista ymmärrystä sairaudestasi. Arvioi, kuinka hyvässä hoitotasapainossa atooppinen ihottumasi on, vastaamalla seuraaviin kysymyksiin. Vastauksesi ADCT-kyselyyn auttavat lääkäriä tai sairaanhoitajaa ymmärtämään paremmin hoitotarpeitasi.

### Vaihe 1: Vastaa kuuteen atooppista ihottumaasi koskevaan lyhyeen kysymykseen

Vastaa alla oleviin kysymyksiin. Jotta ADCT-työkalu toimisi oikein, sinun täytyy vastata jokaiseen kuuteen kysymykseen.

## Atooppisen ihottuman hallintatyökalu (ADCT)

Vastaa seuraaviin kysymyksiin kokemuksistasi ekseemastasi, jota kutsutaan myös atooppiseksi ihottumaksi.

- Millaisiksi arvioisit atooppiseen ihottumaasi liittyvät oireet (esim. kutina, ihon kuivuus, ihottuma) viimeisten 7 päivän aikana?  
0  Ei oireita    1  Lieviksi    2  Kohtalaisiksi    3  Vaikeiksi    4  Erittäin vaikeiksi
- Kuinka monena päivänä viimeisten 7 päivän aikana atooppinen ihottumasi aiheutti **voimakasta kutinaa**?  
0  Ei yhtenäkkään päivänä    1  1-2 päivänä    2  3-4 päivänä    3  5-6 päivänä    4  Joka päivä
- Kuinka paljon atooppinen ihottumasi **häiritsi** sinua viimeisten 7 päivän aikana?  
0  Ei lainkaan    1  Vähän    2  Kohtalaisesti    3  Paljon    4  Erittäin paljon
- Kuinka monena yönä viimeisten 7 päivän aikana sinulla oli **vaikeuksia nukahtaa tai nukkua** atooppisen ihottumasi takia?  
0  Ei yhtenäkkään yönä    1  1-2 yönä    2  3-4 yönä    3  5-6 yönä    4  Joka yö
- Kuinka paljon atooppinen ihottumasi **vaikutti päivittäisiin toimiisi** viimeisten 7 päivän aikana?  
0  Ei lainkaan    1  Vähän    2  Kohtalaisesti    3  Paljon    4  Erittäin paljon
- Kuinka paljon atooppinen ihottumasi **vaikutti mielialaasi tai tunteisiisi** viimeisten 7 päivän aikana?  
0  Ei lainkaan    1  Vähän    2  Kohtalaisesti    3  Paljon    4  Erittäin paljon

© Atopic Dermatitis Control Tool\_Version 1, 27 Nov 2018 Sanofi Group ja Regeneron Pharmaceuticals Inc. Kaikki oikeudet pidätetään. ADCT – Finland/Finnish

Ohjeet ADCT-pisteiden laskemiseen löytyvät kääntöpuolelta.

## Vaihe 2: ADCT-kokonaispisteiden laskeminen

Kun olet vastannut jokaiseen kuuteen kysymykseen, laske ADCT-kokonaispisteesi alla olevan ADCT-taulukon avulla.

- **Jokaiseen kysymykseen antamasi vastaus pisteytetään 0–4.**  
Merkitse jokaisesta kysymyksestä saamasi pisteet alla olevan ADCT-taulukon oikean puoleisiin **harmaisiin** ruutuihin.
- **Kuudesta ADCT-kysymyksestä saamiesi pisteiden summa on ADCT-kokonaispistelukusi.**  
Laske yhteen harmaissa ruuduissa olevat pisteet ja merkitse summa alimpana olevaan **violettiin** ruutuun. ADCT-kokonaispisteesi ovat välillä 0–24.
- Merkitse vastauspäivämäärä ylhäällä vasemmalla olevaan ruutuun. Voit viitata päivämäärään, jolloin kirjasisit ADCT-kokonaispisteesi, kun keskustelet atooppisesta ihottumastasi lääkärin kanssa.

Vastauspäivämäärä: <input type="text"/>						Merkitse jokaisen kysymyksen pisteet harmaisiin ruutuihin
1. Millaisiksi arvioisit atooppiseen ihottumaasi liittyvät oireet viimeisten 7 päivän aikana?	(Ei oireita) <b>0 pistettä</b>	(Lieviksi) <b>1 piste</b>	(Kohtalaisiksi) <b>2 pistettä</b>	(Vaikeiksi) <b>3 pistettä</b>	(Erittäin vaikeiksi) <b>4 pistettä</b>	
2. Kuinka monena päivänä viimeisten 7 päivän aikana atooppinen ihottumasi aiheutti voimakasta kutinaa?	(Ei yhtenäkkään päivänä) <b>0 pistettä</b>	(1-2 päivänä) <b>1 piste</b>	(3-4 päivänä) <b>2 pistettä</b>	(5-6 päivänä) <b>3 pistettä</b>	(Joka päivä) <b>4 pistettä</b>	
3. Kuinka paljon atooppinen ihottumasi häiritsi sinua viimeisten 7 päivän aikana?	(Ei lainkaan) <b>0 pistettä</b>	(Vähän) <b>1 piste</b>	(Kohtalaisesti) <b>2 pistettä</b>	(Paljon) <b>3 pistettä</b>	(Erittäin paljon) <b>4 pistettä</b>	
4. Kuinka monena yönä viimeisten 7 päivän aikana sinulla oli vaikeuksia nukahtaa tai nukkua atooppisen ihottumasi takia?	(Ei yhtenäkkään yönä) <b>0 pistettä</b>	(1-2 yönä) <b>1 piste</b>	(3-4 yönä) <b>2 pistettä</b>	(5-6 yönä) <b>3 pistettä</b>	(Joka yö) <b>4 pistettä</b>	
5. Kuinka paljon atooppinen ihottumasi vaikutti päivittäisiin toimiisi viimeisten 7 päivän aikana?	(Ei lainkaan) <b>0 pistettä</b>	(Vähän) <b>1 piste</b>	(Kohtalaisesti) <b>2 pistettä</b>	(Paljon) <b>3 pistettä</b>	(Erittäin paljon) <b>4 pistettä</b>	
6. Kuinka paljon atooppinen ihottumasi vaikutti mielialaasi tai tunteisiisi viimeisten 7 päivän aikana?	(Ei lainkaan) <b>0 pistettä</b>	(Vähän) <b>1 piste</b>	(Kohtalaisesti) <b>2 pistettä</b>	(Paljon) <b>3 pistettä</b>	(Erittäin paljon) <b>4 pistettä</b>	
Pisteet yhteensä = <b>ADCT-kokonaispisteesi:</b>						

## Vaihe 3: Kerro lääkärille, miten atooppinen ihottuma vaikuttaa jokapäiväiseen elämääsi

Atooppinen ihottumasi ei ehkä ole hyvässä hoitotasapainossa, jos:

- **ADCT-kokonaispistelukusi on vähintään 7**  
TAI
  - **ADCT-kokonaispistelukusi on kasvanut vähintään 5 pisteellä edellisestä kyselystä.**
- ✓ Jos atooppinen ihottumasi ei mielestäsi ole hyvässä hoitotasapainossa, käänny lääkärin puoleen.
- ✓ Tuo täytetty ADCT-kysely mukana seuraavalle sovitulle vastaanottokäynnille.
- ✓ Keskustele lääkärisi kanssa ADCT-kysymyksiin antamistasi vastauksista ja siitä, kuinka atooppinen ihottumasi vaikuttaa sinuun.