



LA SM POTRÀ ANCHE PEGGIORARE,
MA IO NON MI ARRENDO.

È TEMPO DI
REAGIRE

Usa questa guida per aiutarti a capire,
insieme al tuo medico, se la SM potrebbe
essere in peggioramento e pianificare le prossime mosse.

SPMS o SMSP=sclerosi multipla secondariamente progressiva.

INIZIA UNA CONVERSAZIONE CON IL MEDICO SULLA SMSP

Man mano che la sclerosi multipla (SM) progredisce, è importante non perdere il controllo dei sintomi. Discuti con il medico ogni eventuale cambiamento, invitando anche una persona a te cara a partecipare alla conversazione. Esistono due modi per sfruttare al meglio queste conversazioni.

RIFLETTERE

Valuta se e come la SM è cambiata nel tempo.

REAGIRE

Avvia con il medico una conversazione
sulla possibilità di progressione verso la SMSP.

 Porta questo modulo compilato al prossimo appuntamento con il medico. **Compilane uno nuovo ogni 3-6 mesi, per aiutarti a gestire il tuo percorso nella SMSP.**

INIZIAMO

Quando è stato il tuo ultimo appuntamento con il medico?

Elenca tutti i farmaci che stai eventualmente assumendo per la SM.

Elenca i farmaci che hai eventualmente assunto per la SM in passato.

Stai assumendo farmaci o integratori per altre patologie?

I segni e i sintomi della SM sono diversi in ciascun paziente e possono cambiare nel tempo. Valutando se e come questi cambiano – anche in modo apparentemente impercettibile – il medico può stabilire se la SM sta progredendo.

RISPETTO A 6-12 MESI FA, COME DESCRIVERESTI OGGI QUANTO SEGUE?

SINTOMI	Invariati	Leggermente peggiorati	Molto peggiorati	Nuovi sintomi
Difficoltà ad afferrare gli oggetti (per esempio una tazza di caffè o una penna)	☐	☐	☐	☐
Difficoltà di concentrazione	☐	☐	☐	☐
Sentirsi molto stanco o dormire più del solito	☐	☐	☐	☐
Difficoltà ad andare in bagno, come minzione incontrollabile o stipsi, oppure svegliarsi spesso di notte	☐	☐	☐	☐
Difficoltà di equilibrio o necessità di un ausilio alla deambulazione	☐	☐	☐	☐
Spasmi muscolari o dolori articolari	☐	☐	☐	☐
Complessivamente, come descriveresti i tuoi sintomi?	☐	☐	☐	☐

Altri sintomi nuovi o peggiorati: _____

RECIDIVE*

	Si	No
Hai smesso di avere recidive?	☐	☐
Se soffri ancora di recidive, ti riprendi tra una e l'altra?	☐	☐

Se hai ancora recidive, con che frequenza ne soffri? _____

Note aggiuntive sulle recidive: _____

IMPATTO QUOTIDIANO

	Invariato	Maggiore	Minore
Numero di giorni di lavoro persi (se stai lavorando)	☐	☐	☐
Frequenza delle attività familiari o sociali perse	☐	☐	☐
Incombenze domestiche (come cucinare, fare le pulizie) che non sei più in grado di svolgere	☐	☐	☐
Numero di farmaci che stai assumendo per gestire i sintomi (come dolore, capogiro)	☐	☐	☐
Grado di dipendenza da un partner, un caregiver o altre persone	☐	☐	☐
Numero di passi fatti ogni giorno	☐	☐	☐

Note aggiuntive sull'impatto quotidiano della SM: _____

*Le recidive sono attacchi di evidenti sintomi di SM che possono durare da un solo giorno a mesi interi.

Può essere difficile sapere cosa bisogna chiedere al medico. Tuttavia, parlare apertamente degli eventuali cambiamenti che potresti avvertire è la chiave per continuare ad avere sotto controllo la SM. Valuta l'opportunità di portare con te una persona cara per avere il suo supporto durante questa conversazione.

Prima del prossimo appuntamento, dedica qualche minuto a rivedere le tue risposte nella sezione RIFLETTERE della pagina precedente. Tu o il tuo caregiver potreste scoprire di nutrire timori specifici, che potete elencare in calce.

ECCO ALCUNI ESEMPI DI DOMANDE CHE POTRESTI VOLER RIVOLGERE AL MEDICO:

CAMBIAMENTI NEI SINTOMI

- Il fatto che i miei sintomi stiano cambiando significa che ho la SMSP?
- Cosa posso fare per gestire i miei sintomi?

CAMBIAMENTI NELLE RECIDIVE

- Cosa significa se le mie recidive sono cambiate, o si sono interrotte del tutto, ma nel complesso mi sento peggio?
- Ho avuto sintomi che sono peggiorati anche dopo la fine delle recidive; cosa significa?

PIANO TERAPEUTICO ATTUALE

- Cosa si aspetta dal mio attuale piano terapeutico?
- Le sue aspettative per il mio attuale piano terapeutico sono state soddisfatte?

NOTE:

 Puoi continuare a tenere traccia dei sintomi chiedendo periodicamente (ogni 2 o 3 mesi) al medico o all'infermiere/a una nuova copia di questa guida. **Pianifica visite regolari e parla con il medico di ogni eventuale cambiamento che dovessi notare.**

PER SAPERNE DI PIÙ SULLA GESTIONE DI QUESTI CAMBIAMENTI, VISITA IL SITO LIVINGLIKEYOU.COM/IT