Dzienniczek obserwacji - 14 dni

Zapisuj konkretny fakt, porę i okoliczności. Nie musisz wypełniać każdego pola. Zabierz dzienniczek oraz listę leków na konsultację.

Imię lub inicjały: .....

Okres obserwacji: od ..... do .....

Osoba prowadząca zapiski: .....

Co warto notować

☐ pamięć i powtarzanie • ☐ orientacja • ☐ sen • ☐ jedzenie i picie • ☐ nastrój i zachowanie • ☐ ból • ☐ leki • ☐ samodzielność

Pilnie: nagłe splątanie, zaburzenia mowy, opadnięcie twarzy, osłabienie kończyny, utrata przytomności, duszność lub zagrożenie życia wymagają pilnej pomocy medycznej — w nagłym zagrożeniu dzwoń 112.

Codzienne obserwacje - dni 1-7

Dzień / godzina	Co dokładnie się wydarzyło?	Co było wcześniej?	Co pomogło?
Dzień 1 Godz.			
Dzień 2 Godz.			
Dzień 3 Godz.			
Dzień 4 Godz.			
Dzień 5 Godz.			
Dzień 6 Godz.			
Dzień 7 Godz.			

Codzienne obserwacje - dni 8-14

Dzień / godzina	Co dokładnie się wydarzyło?	Co było wcześniej?	Co pomogło?
Dzień 8 Godz.			
Dzień 9 Godz.			
Dzień 10 Godz.			
Dzień 11 Godz.			
Dzień 12 Godz.			
Dzień 13 Godz.			
Dzień 14 Godz.			

Podsumowanie przed wizytą

Największa zmiana w porównaniu z wcześniejszym funkcjonowaniem:

Co zdarza się najczęściej i o jakiej porze:

Nowe leki, infekcje, urazy, ból lub inne ważne wydarzenia:

Trzy pytania do specjalisty:

Trzy pytania do specjalisty:

1. .....

2. .....

3. .....