



ONKOLOŠKI INŠTITUT  
INSTITUTE OF ONCOLOGY  
LJUBLJANA

**Klinična pot  
celostne rehabilitacije  
bolnikov z rakom dojke**

*elektronska izdaja, verzija 4.0*

Onkološki inštitut Ljubljana  
Ljubljana, junij 2021

# KLINIČNA POT CELOSTNE REHABILITACIJE BOLNIKOV Z RAKOM DOJK

**PRIPRAVILI:** Nikola Bešić, Simona Borštnar, Vesna Homar, Denis Mlakar Mastnak, Zlatka Mavrič, Anamarija Mozetič, Jana Knific, Nataša Kos, Nina Kovačević, Nada Rotovnik Kozjek, Nena Kopčavar Guček, Mateja Kurir Borovčič, Tanja Marinko, Ana Pekle Golež, Irena Rahne-Otorepec, Gabrijela Simetinger, Andreja Škufca Smrdel, Branka Stražišar, Tanja Španić, Lorna Zadavec Zaletel

**VERZIJA: 4.0, junij 2021**

-----

## Kazalo

<b>1. Namen klinične poti</b>	<b>2</b>	Bolečine v mišicah in sklepih	<b>16</b>
<b>2. Področje uporabe</b>	<b>2</b>	Spolnost	17
<b>3. Slovar izrazov in krajšav</b>	<b>2</b>	Zdrav življenjski slog	18
		Prehrana	19
<b>4. Klinična pot</b>	<b>3</b>	Bolečina	20
4.1. Izvajalci	3	Alopecija	21
4.2. Kazalci kakovosti	3	Poklicna rehabilitacija	22
4.3. Diagram klinične poti	3		
Depresija, Anksioznost	5- 6	<b>5. Vprašalniki</b>	<b>23</b>
Kognitivne funkcije, Utrudljivost, Nespečnost	7-9	5.1. Prvi vprašalnik za bolnike z rakom dojk	23
Limfedem	10	5.2. Drugi vprašalnik za bolnike z rakom dojk	24
Težave z ramenskih sklepom	11	5.3. Standardizirana vprašalnika o kvaliteti življenja EORTC	25
Brazgotina	12		
Okvara srca	13	<b>6. Priloge</b>	<b>31</b>
Pomanjkanje ženskih hormonov	14	6.1. Farmakološko zdravljenje	31
Suha nožnica	15	6.2. Klinična pot za obravnavo oseb s spolnimi motnjami	33

## 1. Namen klinične poti

Ta klinična pot opredeljuje pot bolnika s postavljeno diagnozo raka dojk po predlagani mreži celostne rehabilitacije. Pripravljena je na osnovi *Priporočil za celostno rehabilitacijo bolnik z rakom dojke*<sup>1</sup> in *Smernic za celostno rehabilitacijo bolnikov z rakom dojk*.<sup>2</sup>

Ta klinična pot vključuje tudi 3 vprašalnike za bolnike, med njimi je vprašalnik o kakovosti življenja, ki so priloženi v prilogah.

## 2. Področje uporabe

Klinična pot se med leti 2020 in 2022 preverja v okviru *Pilotne raziskava o individualizirani celostni rehabilitaciji bolnic z rakom dojke 2019-2022*, ki jo izvaja Onkološki inštitut Ljubljana ob finančni podpori Ministrstva za zdravje RS in Agencije za raziskovalno dejavnost RS.

Revidirana različica klinične poti bo predvidoma usklajena in dopolnjena po zaključku pilotnega projekta in nato validirana na Strokovnem svetu Onkološkega inštituta Ljubljana in kasneje na ustreznem RSK-ju.

## 3. Slovar izrazov in krajšav

OIL – Onkološki inštitut Ljubljana

UKC LJ – Univerzitetni klinični center Ljubljana

UPK - Univerzitetna psihiatrična klinika Ljubljana

URI SOČA – Univerzitetni rehabilitacijski inštitut SOČA, Ljubljana

ZD – zdravstveni dom

CR – celostna rehabilitacija

KCR – koordinator celostne rehabilitacije, ki je po profilu medicinska sestra

FRM – specialist fizikalne in rehabilitacijske medicine

LO – lečeči onkolog

DZ – zdravnik družinske medicine

LT – terapevt s specialističnim znanjem za limfno drenažo

KD – klinični dietetik

---

<sup>1</sup> Novaković, S., Zakotnik, B., Žgajnar, J. and Duratović Konjević, A. eds., 2019. *Zbornik*. Ljubljana: Kancerološko združenje Slovenskega zdravniškega društva; Onkološki inštitut.

<sup>2</sup> Smernice za celostno rehabilitacijo bolnikov z rakom dojk, [https://www.onko-i.si/fileadmin/onko/datoteke/Strokovna\\_knjiznica/smernice/Smernice\\_za\\_celostno\\_rehabilitacijo\\_bolnikov\\_z\\_rakom\\_dojk\\_2019.pdf](https://www.onko-i.si/fileadmin/onko/datoteke/Strokovna_knjiznica/smernice/Smernice_za_celostno_rehabilitacijo_bolnikov_z_rakom_dojk_2019.pdf)

## 4. Klinična pot

### 4.1. Izvajalci

Na primarni ravni zdravstvenega varstva je predvideno sodelovanje naslednjih organizacij:

- ZD Ljubljana
- OZG Gorenjska
- Drugi zdravstveni domovi in koncesionarji s področja OE ZZZS Ljubljana in Kranj z ustrezno izobraženim kadrom oz. izvajanjem ustreznih programov.\*

Na sekundarni ravni zdravstvenega varstva bodo sodelovale naslednje organizacije:

- Ustrezno opremljeni centri s področja OE ZZZS Ljubljana in Kranj z ustrezno izobraženim kadrom oz. izvajanjem ustreznih programov.\*

Na terciarni ravni zdravstvenega varstva bodo sodelovale naslednje organizacije:

- OIL
- UKC LJ
- UPK
- URI SOČA

\*za podrobnosti o usposobljenosti za izvajanje diagnostike in zdravljenja po tej klinični poti glej sklop 4.3. *Diagram*.

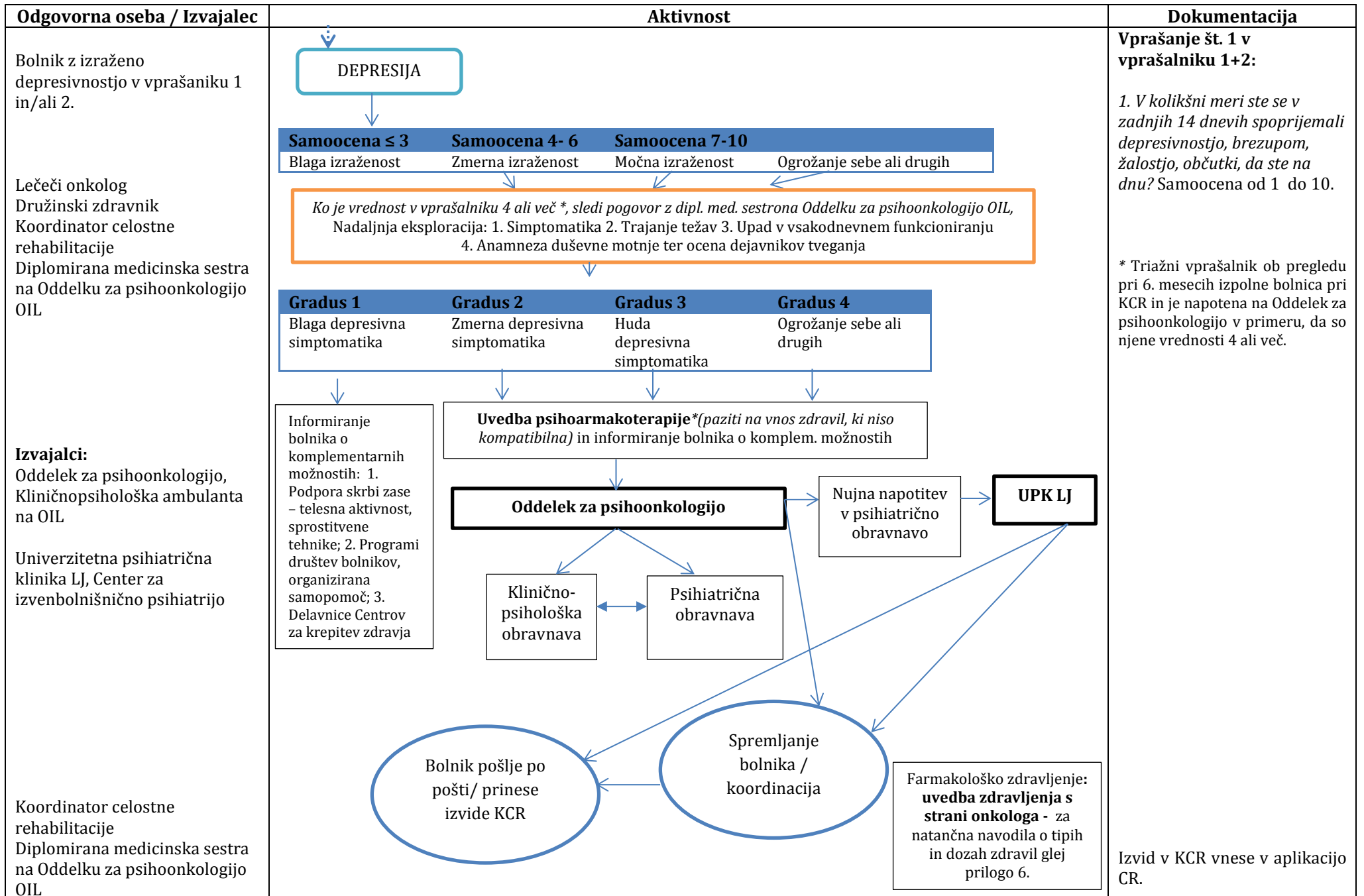
### 4.2. Kazalci kakovosti

Kazalca kakovosti za to klinično pot sta:

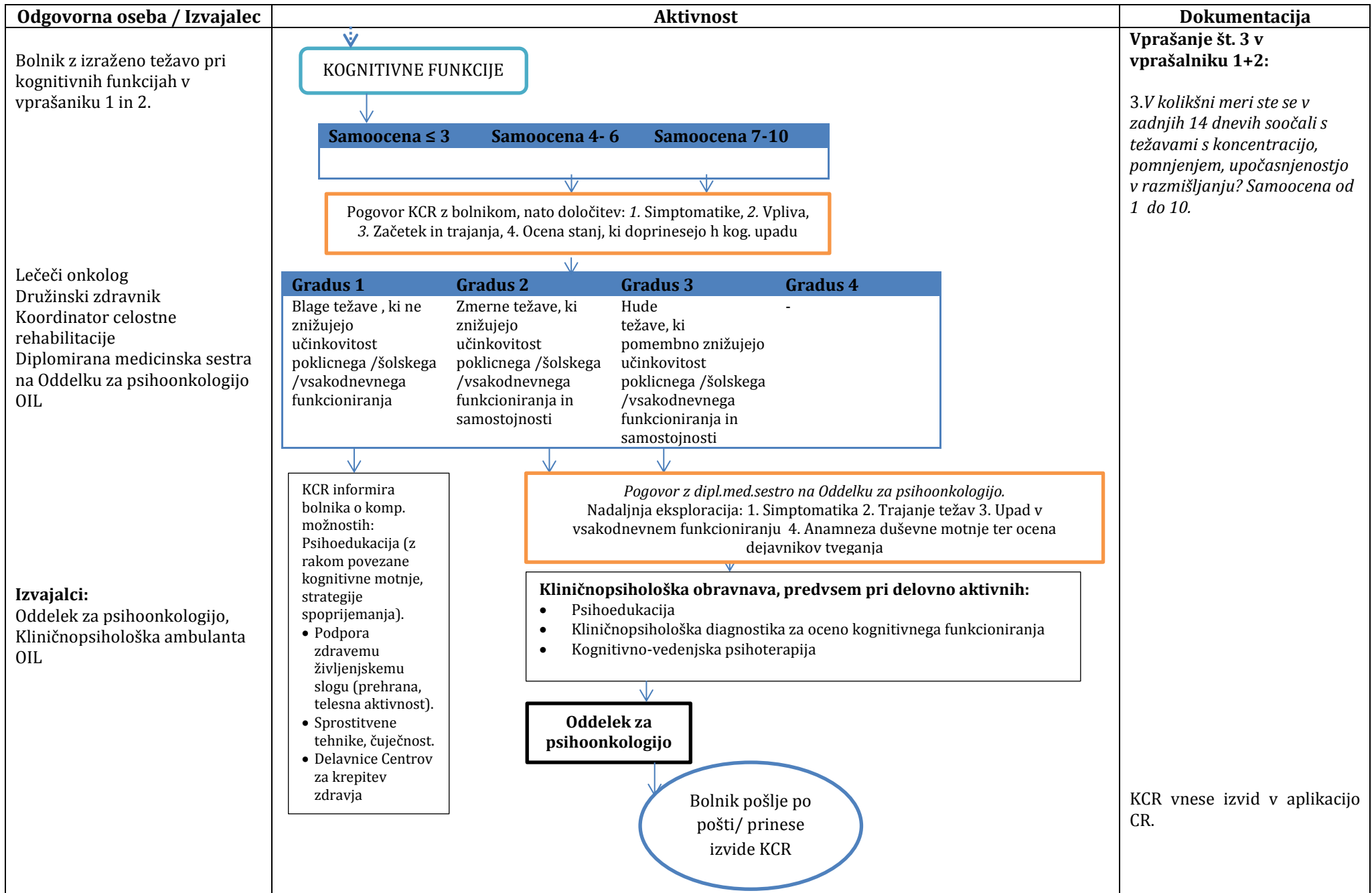
- Spremembe v kvaliteti življenja bolnikov, ki jih odraža standardizirani vprašalnik o kvaliteti življenja EORTC;
- Bolniška odsotnost zaradi zdravljenja raka dojk je krajša od 170 delovnih dni.

### 4.3. Diagram

Odgovorna oseba / Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija
<p>Bolnik Lečeči onkolog</p> <p>Lečeči onkolog Koordinator celostne rehabilitacije</p> <p>Koordinator celostne rehabilitacije</p> <p>Lečeči onkolog Koordinator celostne rehabilitacije</p>	<pre> graph TD     A([Bolnik z diagnozo raka dojka na OIL]) --&gt; B[DA: Želi sodelovati v individualizirani celostni rehabilitaciji]     A --&gt; C[NE: Ne želi sodelovati v celostni rehabilitaciji]     B --&gt; D([LO ga napoti do KCP])     D --&gt; E([Bolnik pri KCP izpolni dokumentacijo:])     E --&gt; F[Soglasje za vključitev v CR]     E --&gt; G[Vprašalnik 1]     E --&gt; H[Vprašalnik 2]     E --&gt; I[Oba vprašalnika EORTC]     F --&gt; J((KCP pregleda odgovore bolnika v vprašalniku 1 / vprašalniku 2))     G --&gt; J     H --&gt; J     I --&gt; J     J --&gt; K((1. LO in KCP v primeru gradusov nad 3 napotita bolnika po 15 sklopih CR (glej strani 5-23) 2. KCP pred napotitvijo preveri razpoložljivosti pri izvajalcih in skupaj z LO napoti po tej klinični poti))     K --&gt; D   </pre>	<p>Prejme identifikacijsko številko pacienta za informacijski sistem javnega zavoda. Za primer OIL: številko ob sprejemu, vnešen v Web Doctor</p> <p><b>Ob postavitvi diagnoze:</b> Soglasje (informed consent) Vprašalnik 1 Oba vprašalnika EORTC Vnos v aplikacijo CR</p> <p><b>Ob pregledu pri 6, 12 mesecih po zaključenem zdravljenju:</b> Vprašalnik 2 in oba vprašalnika EORTC</p> <p>LO IN KCP bolnika napotita z napotnico (Stopnja nujnosti napotitve na obravnavo je odvisna od presoje klinika)</p>



Odgovorna oseba / Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija														
<p>Bolnik z izraženo anksioznostjo v vprašaniku 1 in 2.</p> <p>Lečeči onkolog Družinski zdravnik Kordinator celostne rehabilitacije Diplomirana medicinska sestra na Oddelku za psihoonkologijo OIL</p> <p><b>Izvajalci:</b> Oddelek za psihoonkologijo, Kliničnopsihološka ambulanta OIL</p> <p>Univerzitetna psihiatrična klinika LJ, Center za izvenbolnišnično psihiatrijo</p> <p>Diplomirana medicinska sestra na Oddelku za psihoonkologijo OIL Kordinator celostne rehabilitacije</p>	<p style="text-align: center;"><b>ANKSIOZNOST</b></p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <th style="width: 33%;">Samoocena ≤ 3</th> <th style="width: 33%;">Samoocena 4- 6</th> <th style="width: 33%;">Samoocena 7-10</th> </tr> <tr> <td></td> <td>Zmerna izraženost</td> <td>Močna izraženost Ogrožanje sebe ali drugih</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;"><i>Ko je vrednost v vprašalniku 4 ali več*, sledi pogovor z dipl.med.sestro na Oddelku za psihoonkologijo*. Nadaljnja eksploracija: 1. Simptomatika 2. Trajanje težav 3. Upad v vsakodnevnem funkcioniranju 4. Anamneza duševne motnje ter ocena dejavnikov tveganja Uporaba GAD7 vprašalnika.</i></p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <th style="width: 25%;">Gradus 1</th> <th style="width: 25%;">Gradus 2</th> <th style="width: 25%;">Gradus 3</th> <th style="width: 25%;">Gradus 4</th> </tr> <tr> <td>Blaga anksiozna simptomatika</td> <td>Zmerna anksiozna simptomatika</td> <td>Huda anksiozna simptomatika</td> <td>Ogrožanje sebe ali drugih</td> </tr> </table> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 25%;"> <p>KCR informira bolnika o komp. možnostih: 1. Podpora skrbi zase – telesna aktivnost, prehrana, sprostitvene tehnike; 2. Programi društev bolnikov, organizirana samopomoč; 3. Delavnice Centrov za krepitev zdravja</p> </div> <div style="width: 50%; text-align: center;"> <p>Farmakološko zdravljenje: <b> uvedba zdravljenja s strani onkologa - Benzodiazepini, Antidepresivi, Atipični antipsihotiki, Antiepileptiki</b></p> <p>+ informiranje bolnika o komplementarnih možnostih</p> <p><b>Oddelek za psihoonkologijo</b></p> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 20px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">Klinično-psihološka obravnava</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">Psihiatrična obravnava</div> </div> <p>Spremljanje bolnika / koordinacija</p> <p>Bolnik pošlje po pošti/ prinese izvide KCR</p> </div> </div>	Samoocena ≤ 3	Samoocena 4- 6	Samoocena 7-10		Zmerna izraženost	Močna izraženost Ogrožanje sebe ali drugih	Gradus 1	Gradus 2	Gradus 3	Gradus 4	Blaga anksiozna simptomatika	Zmerna anksiozna simptomatika	Huda anksiozna simptomatika	Ogrožanje sebe ali drugih	<p><b>Vprašanje št. 2 v vprašalniku 1+2:</b></p> <p>2. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dnevih spoprijemali občutji nervoznosti, nemira, s tem, da ne morete ustaviti ali kontrolirati skrbi? Samoocena od 1 do 10.</p> <p>* Triažni vprašalnik ob pregledu pri 6. mesecih izpolne bolnica pri KCR in je napotena na Oddelek za psihoonkologijo v primeru, da so njene vrednosti 4 ali več.</p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>
Samoocena ≤ 3	Samoocena 4- 6	Samoocena 7-10														
	Zmerna izraženost	Močna izraženost Ogrožanje sebe ali drugih														
Gradus 1	Gradus 2	Gradus 3	Gradus 4													
Blaga anksiozna simptomatika	Zmerna anksiozna simptomatika	Huda anksiozna simptomatika	Ogrožanje sebe ali drugih													





Odgovorna oseba / Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija								
<p>Bolnik z izraženo težavo pri kognitivnih funkcijah v vprašaniku 1.</p> <p>Lečeči onkolog Družinski zdravnik Koordinator celostne rehabilitacije</p> <p><b>Izvajalci:</b> Oddelek za psihoonkologijo OIL, Kliničnopsihološka ambulanta OIL</p>	<p><b>UTRUDLJIVOST</b></p> <p>Samoocena ≤ 3    Samoocena 4- 6    Samoocena 7-10</p> <p>-</p> <p>Pogovor KCR z bolnikom, nato določitev: 1. Simptomatike, 2. Začetek in trajanje težav, 4. Ocena vpliva. 5. Dejavniki stopnjevanja utrudljivosti. 6. Ocena drugih stanj.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Gradus 1</th> <th>Gradus 2</th> <th>Gradus 3</th> <th>Gradus 4</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Utrudljivost, ki se razbremeni s počitkom</td> <td>Utrudljivost, ki se ne razbremeni s počitkom in znižuje vsakodnevno funkcioniranje</td> <td>Utrudljivost, ki se ne razbremeni s počitkom in pomembno znižuje vsakodnevno funkcioniranje</td> <td>-</td> </tr> </tbody> </table> <p>KCR informira bolnika o komp. možnostih:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Psihoedukacija</li> <li>• Podpora zdravemu življenjskemu slogu (prehrana, telesna aktivnost).</li> <li>• Delavnice Centrov za krepitev zdravja</li> </ul> <p>Obravnavajo telesnih bolezni / stanj, ki doprinesejo k utrudljivosti. Laboratorijska določitev hemoglobina in TSH</p> <p><b>Kliničnopsihološka obravnava, Kognitivno-vedenjska psihoterapija</b></p> <p><b>Oddelek za psihoonkologijo</b></p> <p>Bolnik prinese / pošlje po e-pošti izvide KCR</p>	Gradus 1	Gradus 2	Gradus 3	Gradus 4	Utrudljivost, ki se razbremeni s počitkom	Utrudljivost, ki se ne razbremeni s počitkom in znižuje vsakodnevno funkcioniranje	Utrudljivost, ki se ne razbremeni s počitkom in pomembno znižuje vsakodnevno funkcioniranje	-	<p><b>Vprašanji št. 4 in 5. v vprašalniku 1+2:</b></p> <p>4. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dnevih spoprijemali s konstantno utrudljivostjo, kljub dobremu nočnemu spancu? Samoocena od 1 do 10.</p> <p>5. V kolikšni meri utrudljivost moti vaše običajne aktivnosti? Samoocena od 1 do 10.</p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>
Gradus 1	Gradus 2	Gradus 3	Gradus 4							
Utrudljivost, ki se razbremeni s počitkom	Utrudljivost, ki se ne razbremeni s počitkom in znižuje vsakodnevno funkcioniranje	Utrudljivost, ki se ne razbremeni s počitkom in pomembno znižuje vsakodnevno funkcioniranje	-							

Odgovorna oseba / Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija								
<p>Lečeči onkolog Družinski zdravnik Kordinator celostne rehabilitacije Diplomirana medicinska sestra na Oddelku za psihoonkologijo OIL</p> <p><b>Izvajalci:</b> Oddelek za psihoonkologijo, Kliničnopsihološka ambulanta OIL</p> <p>Univerzitetna psihiatrična klinika LJ, Center za izvenbolnišnično psihiatrijo</p> <p>Diplomirana medicinska sestra na Oddelku za psihoonkologijo OIL Kordinator celostne rehabilitacije</p>	<p><b>NESPEČNOST</b></p> <p><b>Samoocena ≤ 3   Samoocena 4- 6   Samoocena 7-10</b></p> <p>-</p> <p><i>Pogovor z dipl.med.sestro na Oddelku za psihoonkologijo.</i> Nadaljnja eksploracija: 1. Simptomatike, 2. Trajanje, 3. Ocena komorbidnosti in drugih dejavnikov, ki prispevajo k nespečnosti.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Gradus 1</th> <th>Gradus 2</th> <th>Gradus 3</th> <th>Gradus 4</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Blage težave pri uspavanju, ohranjanju spanja ali zgodnjem zburanju</td> <td>Zmerne težave pri uspavanju, ohranjanju spanja ali zgodnjem zburanju</td> <td>Hude težave pri uspavanju, ohranjanju spanja ali zgodnjem zburanju</td> <td>-</td> </tr> </tbody> </table> <p>KCR informira bolnika o komp. možnostih: 1. Podpora skrbi zase – telesna aktivnost, prehrana, sprostitvene tehnike 2. Delavnice Centrov za krepitev</p> <p><b>Farmakološko zdravljenje:</b> uvedba zdravljenja s strani onkologa ali družinskega zdravnika: Benzodiazepinski ali benzodiazepinski hipnotiki, Antidepresivi, antipsihotiki, zdravila za zmanjšanje dnevne zaspanosti ali inhibitorji holinesteraze</p> <p><b>Oddelek za psihoonkologijo</b></p> <p>Klinično-psihološka obravnava ↔ Psihiatrična obravnava</p> <p>Spremljanje bolnice</p> <p>KCR primerja stanje ob 1 in 2 vprašalniku, zapis v aplikacijo CR.</p>	Gradus 1	Gradus 2	Gradus 3	Gradus 4	Blage težave pri uspavanju, ohranjanju spanja ali zgodnjem zburanju	Zmerne težave pri uspavanju, ohranjanju spanja ali zgodnjem zburanju	Hude težave pri uspavanju, ohranjanju spanja ali zgodnjem zburanju	-	<p><b>Vprašanje št. 6 v vprašalniku 1+2:</b></p> <p>6. V kolikšni meri ste se zadnjih 14 dneh soočali s težavami, da zvečer težko zaspate, se ponoči zbujate ali se zjutraj prezgodaj zbujate? Samoocena od 1 do 10.</p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>
Gradus 1	Gradus 2	Gradus 3	Gradus 4							
Blage težave pri uspavanju, ohranjanju spanja ali zgodnjem zburanju	Zmerne težave pri uspavanju, ohranjanju spanja ali zgodnjem zburanju	Hude težave pri uspavanju, ohranjanju spanja ali zgodnjem zburanju	-							



Odgovorna oseba / Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija
<p>Koordinator celostne rehabilitacije Lečeči onkolog Družinski zdravnik</p> <p><b>Izvajalci:</b> IMR UKC LJ URI SOČA ZD ali drugi usposobljen izvajalec</p>	<pre> graph TD     A[TEŽAVE Z RAMENSKIM SKLEPOM] --&gt; B[KCR bolnika v primeru odgovorov DA opozori LO ali DZ, da bolnico napoti na:]     B --&gt; C[Napotitev na radiološko diagnostiko:]     B --&gt; D[Uvedba ustrezne analgezije]     B --&gt; E[Napotitev na fizikalno terapijo]     B --&gt; F[Napotitev k specialistu FRM]     C --&gt; G([KCP primerja stanje ob zadnji kontroli ter zapiše v aplikacijo CR.])     D --&gt; G     E --&gt; G     F --&gt; G     </pre> <p><b>Napotitev na radiološko diagnostiko:</b> – RTG ramenskega sklepa, mišično-skeletni UZ, MRI (za oceno tetiv RM, SASD burzitis, diagnostika utesnitvenega sindroma, sindroma zmrzle rame), EMG (radikulopatija, brahialna pleksopatija)</p> <p><b>Uvedba ustrezne analgezije</b></p> <p><b>Napotitev na fizikalno terapijo</b> ZD ali drugi usposobljen izvajalec</p> <p><b>Napotitev k specialistu FRM</b> IMR UKC LJ URI SOČA</p> <p><b>Specialist FRM:</b> Ocena bolečine, meritev obsega gibljivosti ramenskega sklepa, ocena biomehanskih sprememb mišic ramenskega sklepa, nevrološki pregled, funkcijska ocena zgornjih udov, ocena bolečine po VAS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Predpis ustrezne terapije: kinezioterapija, delovna terapija</li> <li>• Opravljanje rehabilitacijske obravnave na sekundarnem – terciarnem nivoju (UKCLJ; URI-Soča) – v primeru znakov adhezivnega kapsulitisa, radikulopatije, pleksopatije, postmastektomijskega sindroma..</li> <li>• Napotitev na zdraviliško zdravljenje – glede na stopnjo omejene gibljivosti in prisotnost funkcionalnih težav ob neuspešni ambulanti obravnavi (glej indikacije v smernicah)</li> </ul> <p>KCP primerja stanje ob zadnji kontroli ter zapiše v aplikacijo CR.</p>	<p><b>Vprašanje št. 9 v vprašalniku 2:</b></p> <p><i>0/ 9. Imate težave z ramenskim sklepom - omejena gibljivost, bolečine? DA/NE</i></p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>

Odgovorna oseba / Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija
<p>Koordinator celostne rehabilitacije Lečeči onkolog Družinski zdravnik</p> <p><b>Izvajalci :</b> IMR UKC LJ URI SOČA ZD ali drugi usposobljen izvajalec</p>	<pre> graph TD     A[BRAZGOTINA] --&gt; B[KCR bolnika v primeru odgovorov DA opozori LO ali DZ, da bolnico napoti na:]     B --&gt; C[Predaja pisnih navodil bolnici]     B --&gt; D[Napotitev na fizikalno terapijo ZD ali drugi usposobljen izvajalec]     B --&gt; E[Napotitev k specialistu FRM IMR UKC LJ URI SOČA]     E --&gt; F[Specialist FRM: Ocena težav – obseg brazgotine, jakost bolečine, premičnost brazgotine, vpliv na gibljivost... • Predpis ustrezne terapije na delovni nalog –ko se želi izvajanje terapije blizu doma • Opravljanje terapija na sekundarnem – terciarnem nivoju (UKCL; URI-Soča) –po presoji specialista FRM • Navodila o negi brazgotine – uporaba kompresije, silikonskih gelov, način izvajanja masaže brazgotine, pogosto masaža brazgotine]     C --&gt; G([Bolnik pošlje po pošti / prinese KCP izvid. KCP primerja stanje ob zadnji kontroli ter zapiše v aplikacijo CR.])     D --&gt; G     F --&gt; G   </pre>	<p><b>Vprašanje št. 10 in 11 v vprašalniku 2:</b></p> <p>0/10. Ali imate občutek, da vas brazgotine zategujejo, vlečejo? DA/NE</p> <p>0/11. So brazgotine trde, neelastične, boleče? DA/NE</p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>

Odgovorna oseba / Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija
<p>Koordinator celostne rehabilitacije Lečeči onkolog Družinski zdravnik</p> <p><b>Izvajalci:</b> Kardiolog na OIL Kardiolog na UKC LJ Druge kardiološke ambulante s koncesijo</p>	<pre> graph TD     Start([OKVARA SRCA]) --&gt; Central[3. KCR bolnika v primeru odgovorov DA PO ZDRAVLJENJU opozori LO ali DZ, da bolnico napoti glede na stopnje srčnega popuščanja na:]     Central --&gt; PotA[Pot A – DA na odgovor 13, a brez bolečine v prsih]     Central --&gt; PotB[Pot B – DA na odgovor 14]     Central --&gt; PotC[Pot C – DA na odgovor 12]     Central --&gt; PotD[Pot D- DA na odgovor 13 in pogosta bolečina v prsih]          PotA --&gt; A["a. Odpravljanje dejav., ki pov. tveganje za bolezni srca in ožilja (kajenje, art. hipertenzij, hiperlipidemija, debelost) b. Napotitev na svetovanje glede redne fizične aktivnosti in zdrave prehrane c. Redna fiz. akt. in zdr. prehrana d. Presoja o napotitvi k kardiologu (glede na nadaljnjo načrtovano terapijo) OIL / UKC LJ / kardiološke amb."]     PotB --&gt; B["a. Odpravljanje dejav., ki pov. tveganje za bolezni srca in ožilja (kajenje, art. hipertenzij, hiperlipidemija, debelost) b. Napotitev na svetovanje glede redne fizične aktivnosti in zdrave prehrane c. Redna fiz. akt. in zdr. prehrana d. Napotitev h kardiologu OIL / UKC LJ / kardiološke amb."]     PotC --&gt; C["Novonastale težave po KT ali poslabšanje težav, ki bi bile lahko povezane s slabšim delovanjem srca: npr stiskajoča bolečina za prsnico, neredno utripanje srca, težko dihanje pri naporu, potreba po vzdignjenem vzglavju pri spanju"]     PotD --&gt; D["Napotitev k LO, da bolnico napoti na čimprejšnjo diagnostiko in zdravljenje h kardiologu"]          C --&gt; E["Napotitev na konzilij OREH, če so težave izrazite pa k LO."]     D --&gt; E          A --&gt; F((KCP prejme izvid bolnice po pošti/osebno in vnese v aplikacijo CR.))     B --&gt; F     E --&gt; F   </pre>	<p><b>Vprašnji št. 7. in 8. v vprašalniku 1 in vprašanja 12., 13. in 14. v vprašalniku 2:</b> 0./12. Ste prejeli kemoterapijo? DA/NE 7./13. Ali imate kratko sapo ali bolečino v prsih po dnevni aktivnosti ali ob naporu? DA/NE 8./14. Ali imate kratko sapo, ko ležite v postelji, se ponoči zbudate, ker potrebujete zrak, vam otekata nogi? DA/NE</p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>

Odgovorna oseba/Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija										
<p>Lečeči onkolog            Koordinator celostne rehabilitacije            Družinski zdravnik            Anesteziolog OI</p> <p><b>Izvajalci:</b>            Protibolečinska ambulanta OIL            Akupunktura na OIL            Ambulanta DZ</p>	<p><b>POMANJKANJE ŽENSKIH HORMONOV</b></p> <p>KCR bolnika v primeru odgovorov <i>DA</i> in po pogovoru z LO napoti bolnika na obravnavo:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Stopnja 1</th> <th>Stopnja 2</th> <th>Stopnja 3</th> <th>Stopnja 4</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><b>Vazomotorni simptomi</b></td> <td>Mili simptomi, ukrepanje ni potrebno</td> <td>Zmerni simptomi, vplivajo na dnevno aktivnost</td> <td>Hudi simptomi, ki omejujejo dnevno aktivnost</td> <td>- -</td> </tr> </tbody> </table> <p><b>STOPNJA 1-3, Svetovanje:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• telovadba/fizična aktivnost</li> <li>• sprememba življenjskega sloga</li> <li>• redukcija telesne teže, če je prekomerna</li> <li>• joga</li> </ul> <p>Akupunktura</p> <p>Če ni učinka pri stopnji 2 in 3, bolnik sporoči KCR - ta naprej LO:</p> <p>Anesteziolog v protibolečinski ambulanti</p> <p><b>Nehormonsko farmakološko zdravljenje</b> (predpiše LO, anesteziolog ali družinski zdravnik):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nizki odmerki antidepressivov (venlafaksin, escitalopram, citalopram, sertalin*, paroksetin*, fluoksetin*)</li> <li>• antikonvulzivi (gabapentin, pregabalin)</li> <li>• zdravila za nevropatsko bolečino (duloksetin)</li> <li>• nekateri antihipertenzivi (klonidin)</li> </ul> <p><i>*ne skupaj s tamoksifenom</i></p>		Stopnja 1	Stopnja 2	Stopnja 3	Stopnja 4	<b>Vazomotorni simptomi</b>	Mili simptomi, ukrepanje ni potrebno	Zmerni simptomi, vplivajo na dnevno aktivnost	Hudi simptomi, ki omejujejo dnevno aktivnost	- -	<p><b>Vprašanja št. 9 v vprašalniku 1 in 15 v vprašalniku 2:</b></p> <p>9./15. Ali imate težave z vročinskimi valovi/nočnim potenjem ? DA/NE</p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>
	Stopnja 1	Stopnja 2	Stopnja 3	Stopnja 4								
<b>Vazomotorni simptomi</b>	Mili simptomi, ukrepanje ni potrebno	Zmerni simptomi, vplivajo na dnevno aktivnost	Hudi simptomi, ki omejujejo dnevno aktivnost	- -								

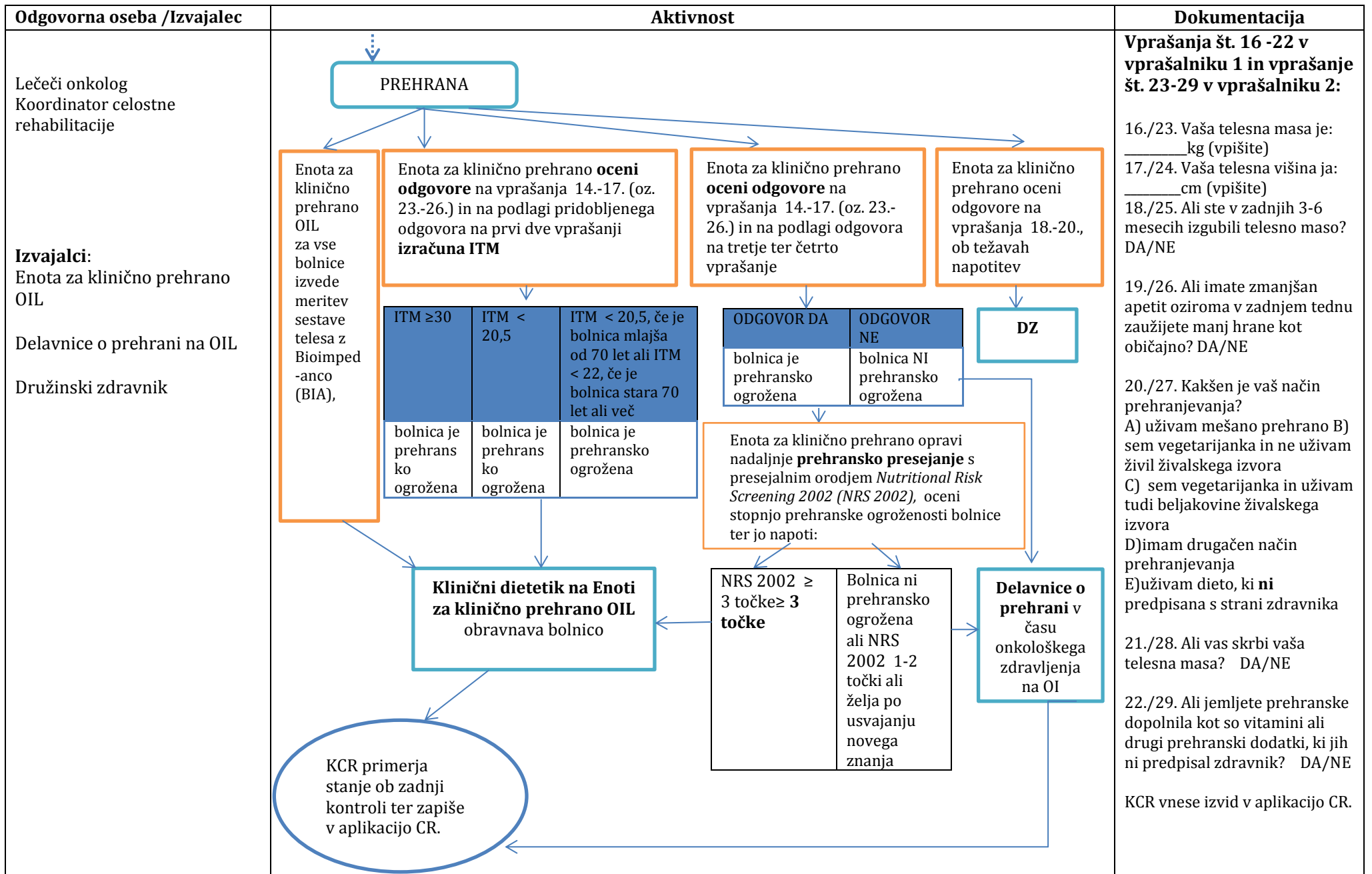
Odgovorna oseba /Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija						
<p>Lečeči onkolog Koordinator celostne rehabilitacije Ginekolog v ambulanti OI</p> <p><b>Izvajalci:</b> Ginekološka ambulanta za spolne težave na OI</p>	<p><b>SUHA NOŽNICA</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Stopnja 1</th> <th>Stopnja 2</th> <th>Stopnja 3</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Blage težave, ne vplivajo na spolni odnos</td> <td>Zmerne težave, ki vplivajo na spolni odnos in pogosto povzročijo neugodje</td> <td>Zelo suha nožnica, ki povzroči dispareunio ali hudo nelagodje</td> </tr> </tbody> </table> <p>Lečeči onkolog → KCR → Ginekolog na OI</p> <p>Nehormonsko lokalno zdravljenje (predpiše LO, izbrani ginekolog ali ginekolog na OI)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vlažilci nožnice, vaginalne kreme in geli, ki lahko vsebujejo hialuronsko kislino, vitamine C in E, arginin, mlečno kislino brez dišav (priporočena osmolalnost do 1200 mOsm/kg (najboljše do 320 mOsm/kg), priporočen pH od 3,8 – 4,5)</li> <li>Lubrikant (priporočeno na vodni osnovi) pred in med spolnim odnosom</li> </ul> <p>Če ni učinka pri stopnji 2 in 3, bolnik sporoči KCR → Ginekolog na OI</p> <p><b>Napotitev v Ginekološko ambulanto za spolne težave</b></p> <p>Bolnica prinese / pošlje po pošti izvid. KCR primerja stanje ob zadnji kontroli ter zapiše v aplikacijo CR.</p>	Stopnja 1	Stopnja 2	Stopnja 3	Blage težave, ne vplivajo na spolni odnos	Zmerne težave, ki vplivajo na spolni odnos in pogosto povzročijo neugodje	Zelo suha nožnica, ki povzroči dispareunio ali hudo nelagodje	<p><b>Vprašanje št. 10 v vprašalniku 1 in vprašanje št. 16. v vprašalniku 2:</b></p> <p>10./16. Ali opazate težave, kot so suha nožnica, inkontinenca ali bolečine pri spolnih odnosih? DA / NE</p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>
Stopnja 1	Stopnja 2	Stopnja 3						
Blage težave, ne vplivajo na spolni odnos	Zmerne težave, ki vplivajo na spolni odnos in pogosto povzročijo neugodje	Zelo suha nožnica, ki povzroči dispareunio ali hudo nelagodje						



Odgovorna oseba /Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija						
<p>Lečeči onkolog            Koordinator celostne rehabilitacije            Družinski zdravnik            Anesteziolog OIL</p> <p><b>Izvajalci:</b>            Protibolečinska ambulanta OIL            Akupunktura na OIL</p>	<p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">BOLEČINE V MIŠICAH IN SKLEPIH (ob hormonski terapiji)</div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-bottom: 10px;"> <thead> <tr style="background-color: #4a7ebb; color: white;"> <th style="width: 33%;">Stopnja 1</th> <th style="width: 33%;">Stopnja 2</th> <th style="width: 33%;">Stopnja 3</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Blaga bolečina</td> <td>Zmerna bolečina, ki omejuje izvajanje dnevnih aktivnosti</td> <td>Huda bolečina, ki omejuje zmožnost skrbi zase</td> </tr> </tbody> </table> <div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">Lečeči onkolog → KCR</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">       STOPNJA 1-3        Svetovanje:       <ul style="list-style-type: none"> <li>fizična aktivnost</li> <li>joga</li> <li>masaža</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">       Če ni učinka pri stopnji 2 in 3, bolnik sporoči KCR→onkologu     </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">Anesteziolog v protibolečinski ambulanti OI</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">akupunktura</div> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; margin-bottom: 10px; text-align: center;">       Če ni učinka pri stopnji 2, bolnik sporoči KCR→ LO     </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <b>Farmakološko zdravljenje</b> (predpiše LO ali anesteziolog):       <ul style="list-style-type: none"> <li>nesteroidni antirevmatki</li> <li>mišični relaksanti</li> <li>antikonvulzivi (gabapentin, pregabalin)</li> <li>acetaminofen</li> <li>zaviralci COX-2</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;">       Bolnica prinese / pošlje po pošti izvid. KCR primerja stanje ob zadnji kontroli ter zapiše v aplikacijo CR.     </div> <p style="text-align: right; margin-top: 20px;">Tako pri stopnji 2 + 3</p>	Stopnja 1	Stopnja 2	Stopnja 3	Blaga bolečina	Zmerna bolečina, ki omejuje izvajanje dnevnih aktivnosti	Huda bolečina, ki omejuje zmožnost skrbi zase	<p style="text-align: center;"><i>Ni vprašanja v vprašalniku</i></p> <p style="text-align: right; margin-top: 20px;">KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>
Stopnja 1	Stopnja 2	Stopnja 3						
Blaga bolečina	Zmerna bolečina, ki omejuje izvajanje dnevnih aktivnosti	Huda bolečina, ki omejuje zmožnost skrbi zase						

Odgovorna oseba /Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija								
<p>Lečeči onkolog Koordinator celostne rehabilitacije</p> <p><b>Izvajalci:</b> Ginekološka ambulanta za spolne težave na OIL UPL – Ambulanta za spolno zdravje</p>	<p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">SPOLNOST – ZMANJŠANA ŽELJA ALI ZANIMANJE</div> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">KCR bolnika v primeru odgovorov <i>DA</i> in po pogovoru z LO napoti bolnika na obravnavo:</div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin: 10px auto;"> <thead> <tr style="background-color: #4a7ebb; color: white;"> <th>Stopnja 1</th> <th>Stopnja 2</th> <th>Stopnja 3</th> <th>Stopnja 4</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Zmanjšana spolna želja oz. zanimanje, ki ne vpliva na partnerski odnos</td> <td>Zmanjšana spolna želja oz. zanimanje, ki vpliva na partnerski odnos</td> <td>--</td> <td>--</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; width: 30%;">Možnost psihosocialne edukacije in svetovanja</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;">Psihosocialno svetovanje – Ginekološka ambulanta za spolne težave na OIL</div> </div> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">ni učinka</div> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">Psihosocialna terapija na UPL – Ambulanta za spolno zdravje / Klinična pot obravnave priložena v prilogi 1</div> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; width: fit-content; margin: 0 auto;">Bolnica prinese / pošlje po pošti izvid. KCR primerja stanje ob zadnji kontroli ter zapiše v aplikacijo CR.</div>	Stopnja 1	Stopnja 2	Stopnja 3	Stopnja 4	Zmanjšana spolna želja oz. zanimanje, ki ne vpliva na partnerski odnos	Zmanjšana spolna želja oz. zanimanje, ki vpliva na partnerski odnos	--	--	<p><b>Vprašanje št. 11 in 12 v vprašalniku 1 in vprašanje št. 17 in 18 v vprašalniku 2:</b></p> <p>11./17. Imate zaradi bolezni raka dojk skrbi ali težave glede vaše spolne funkcije, spolne aktivnosti, spolnega življenja? DA/NE</p> <p>12./18. Vam te skrbi povzročajo stisko? Samoocena od 1 do 10.</p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>
Stopnja 1	Stopnja 2	Stopnja 3	Stopnja 4							
Zmanjšana spolna želja oz. zanimanje, ki ne vpliva na partnerski odnos	Zmanjšana spolna želja oz. zanimanje, ki vpliva na partnerski odnos	--	--							

Odgovorna oseba /Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija
<p>Lečeči onkolog Kordinator celostne rehabilitacije Družinski zdravnik</p> <p><b>Izvajalci:</b> DZ ZD – Centri za krepitev zdravja OIL – Protibolečinska ambulanta Psiholog Enota za klinično prehrano OIL Fakulteta za šport</p>	<p><b>ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG</b></p> <p>KCR spodbudi bolnice, da se gibljejo vsaj 5 x tedensko, vsaj 3 x tedensko do pospešenega dihanja. Bolnice z omejitvami pri telesnih aktivnostih usmeri na obravnavo:</p> <p><b>DZ:</b> Svetovanje glede možnosti telesne aktivnosti zaradi pridruženih boleznih, motiviranje za telesno aktivnost, ureditev protibolečinske terapije, usmerjanje za premagovanje ovir, prilagoditev prehrane zahtevam telesne aktivnosti, usmeritve glede kajenja, alkohola, skrbi glede teže, prehranskih dodatkov.</p> <p><b>Center za krepitev zdravja:</b> DZ jih na predlog konzilija OREH napoti na ustrezne delavnice ali predavanja</p> <p><b>Telovadba na Fakulteti za šport</b> V živo ali preko aplikacije Zoom</p> <p><b>Psiholog:</b> Psihološka obravnava pri ovirah pri telesni aktivnosti, težavah s samopodobo.</p> <p><b>Klinični dietetik:</b> Predavanja v živo ali preko spletne aplikacije Zoom, Prehranska obdelava kadar je to potrebno</p> <p><b>Društva:</b> Osnovna priporoč., svetovanje glede možnosti prilagojene vadbe za bolnice z rakom dojke.</p> <p>KCR primerja stanje ob zadnji kontroli ter zapiše v aplikacijo CR.</p>	<p><b>Vprašanje št. 13, 14 in 15 v vprašalniku 1 in vprašanje št. 19, 20, 21 in 22 v vprašalniku 2:</b></p> <p>13./19. Koliko minut se v običajnem tednu ukvarjate s telesno dejavnostjo, da se segrejete, pospešeno dihate in se znojite? _____ min/teden (vpis)</p> <p>0/20. Ali imate pri telesni aktivnosti težave? DA/NE Če DA, kakšne?</p> <p>14./21. Ali kadite oziroma ste izpostavljeni cigaretnemu dimu? DA / NE</p> <p>Če je odgovor DA, koliko cigaret pokadite na dan? A.) Pasivni kadilec B.) 0-10/dan C. 11-20/dan D.) &gt; 20/dan</p> <p>15. / 22. Ali uživate alkohol? DA/NE</p> <p>Če DA koliko enot alkohola (1dcl vina ali 3 dcl piva) popijete na teden? A.) zgolj občasno B.) 1-7 enot/teden C.) več od 7 enot/teden</p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>



Odgovorna oseba / Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija									
<p>Lečeči onkolog Koordinator celostne rehabilitacije Družinski zdravnik</p> <p><b>Izvajalci:</b> Protibolečinska ambulanta OIL Družinski zdravnik</p>	<p><b>BOLEČINA</b></p> <p>KCR bolnika v dogovoru z LO usmeri glede na stopnje na</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Stopnja 1 blaga bolečina</th> <th>Stopnja 2 blaga do srednja bolečina</th> <th>Stopnja 3 srednja do močna bolečina</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>VAS 1-3 – obravnava LO ali družinski zdravnik</td> <td>VAS 4-7 – v primeru, da bolečina ne popusti, obvezna napotitev v protibolečinsko ambulanto</td> <td>VAS 8-10 - v primeru, da bolečina ne popusti, obvezna napotitev v protibolečinsko ambulanto</td> </tr> <tr> <td>Paracetamol, metamizol ali nesteroidno protivnetno zdravilo</td> <td>Šibki opioid +/- paracetamol, metamizol ali nesteroidno protivnetno zdravilo. V primeru, da ne pomaga – kratkodelujoči močan opioid – titracija.</td> <td>Močan opioid, začnemo s kratkodelujočo obliko za titracijo +/- metamizol ali nesteroidno protivnetno zdravilo</td> </tr> </tbody> </table> <p>Bolnik pošlje po pošti / prinese KCR izvid. KCR primerja stanje ob zadnji kontroli ter zapiše v aplikacijo CR.</p> <p>Pri vseh stopnjah bolečine KCR svetuje nefarmakološke ukrepe: masaža, razgibavanje, ustrezna aktivnost, aromaterapija, glasbena terapija ...</p>	Stopnja 1 blaga bolečina	Stopnja 2 blaga do srednja bolečina	Stopnja 3 srednja do močna bolečina	VAS 1-3 – obravnava LO ali družinski zdravnik	VAS 4-7 – v primeru, da bolečina ne popusti, obvezna napotitev v protibolečinsko ambulanto	VAS 8-10 - v primeru, da bolečina ne popusti, obvezna napotitev v protibolečinsko ambulanto	Paracetamol, metamizol ali nesteroidno protivnetno zdravilo	Šibki opioid +/- paracetamol, metamizol ali nesteroidno protivnetno zdravilo. V primeru, da ne pomaga – kratkodelujoči močan opioid – titracija.	Močan opioid, začnemo s kratkodelujočo obliko za titracijo +/- metamizol ali nesteroidno protivnetno zdravilo	<p><b>Vprašanji št. 23 in 24 v vprašalniku 1 in vprašanji št. 30 in 31 v vprašalniku 2:</b></p> <p>23./30. Ali imate kakršnokoli bolečino? DA/NE</p> <p>24./31. Kako bi ocenili vašo bolečino v zadnjem mesecu? <i>Samoocena od 1 do 10.</i></p> <p>.....</p> <p>V primeru nevropatske bolečine LO pri vseh stopnjah bolečine uvede še</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antikonvulzive (karbamazepin, gabapentin, pregabalin)</li> <li>• Antidepresive (amitriptilin, venlafaksin in duloksetin)</li> </ul> <p>V primeru nociplastične bolečine – večje bolečine, kot je pričakovano, napotitev v protibolečinsko ambulanto ali v URI Soča.</p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>
Stopnja 1 blaga bolečina	Stopnja 2 blaga do srednja bolečina	Stopnja 3 srednja do močna bolečina									
VAS 1-3 – obravnava LO ali družinski zdravnik	VAS 4-7 – v primeru, da bolečina ne popusti, obvezna napotitev v protibolečinsko ambulanto	VAS 8-10 - v primeru, da bolečina ne popusti, obvezna napotitev v protibolečinsko ambulanto									
Paracetamol, metamizol ali nesteroidno protivnetno zdravilo	Šibki opioid +/- paracetamol, metamizol ali nesteroidno protivnetno zdravilo. V primeru, da ne pomaga – kratkodelujoči močan opioid – titracija.	Močan opioid, začnemo s kratkodelujočo obliko za titracijo +/- metamizol ali nesteroidno protivnetno zdravilo									

Odgovorna oseba / Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija								
<p>Lečeči onkolog Koordinator celostne rehabilitacije</p> <p><b>Izvajalci:</b> Koordinator celostne rehabilitacije</p> <p>OIL – Psihoonkološka ambulanta</p>	<p style="text-align: center;">ALOPECIJA</p> <p style="text-align: center;">KCR bolniku da nasvete oz. ga LO usmeri glede na stopnje alopecije:</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr style="background-color: #4a7ebb; color: white;"> <th>Stopnja 1</th> <th>Stopnja 2</th> <th>Stopnja 3</th> <th>Stopnja 4</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Izguba &lt;50% las, ki ni očitna na daleč, ampak samo ob natančnem pregledu; za prikrivanje izgube las je morda potrebna drugačna pričeska, vendar pa ni potrebna lasulja</td> <td>Izguba &gt; 50% las, ki takoj opazna; potrebna je lasulja ali lasni vložek, če želi bolnik prekriti izpad; povezava s psihosocialnim učinkom</td> <td style="text-align: center;">-</td> <td style="text-align: center;">-</td> </tr> </tbody> </table> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>nasveti za negovanje lasišča</li> <li>minoxidil pri plešavosti ob hormonski terapiji</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>nasveti za negovanje lasišča</li> <li>predpis lasulje</li> <li>napotitev k psihoonkologu</li> </ul> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 20px;">KCR primerja stanje ob zadnji kontroli ter zapiše v aplikacijo CR.</p>	Stopnja 1	Stopnja 2	Stopnja 3	Stopnja 4	Izguba <50% las, ki ni očitna na daleč, ampak samo ob natančnem pregledu; za prikrivanje izgube las je morda potrebna drugačna pričeska, vendar pa ni potrebna lasulja	Izguba > 50% las, ki takoj opazna; potrebna je lasulja ali lasni vložek, če želi bolnik prekriti izpad; povezava s psihosocialnim učinkom	-	-	<p><b>Vprašanje št. 32 v vprašalniku 2:</b></p> <p>32. Ali vam izpadajo oziroma so vam izpadli lasje? DA/NE</p> <p style="margin-top: 100px;">KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>
Stopnja 1	Stopnja 2	Stopnja 3	Stopnja 4							
Izguba <50% las, ki ni očitna na daleč, ampak samo ob natančnem pregledu; za prikrivanje izgube las je morda potrebna drugačna pričeska, vendar pa ni potrebna lasulja	Izguba > 50% las, ki takoj opazna; potrebna je lasulja ali lasni vložek, če želi bolnik prekriti izpad; povezava s psihosocialnim učinkom	-	-							

Odgovorna oseba / Izvajalec	Aktivnost	Dokumentacija
<p>Lečeči onkolog Koordinator celostne rehabilitacije</p> <p><b>Izvajalci:</b> URI SOČA – Poklicna rehabilitacija</p>	<pre> graph TD     A[POKLICNA REHABILITACIJA] --&gt; B[KCR bolnika ob odgovoru DA na drugo in tretje vprašanje po dogovoru z LO usmeri na poklicno rehabilitacijo vsaj 3 mesece pred zaključenim zdravljenjem:]     B --&gt; C[URI SOČA – Triažna ambulanta za poklicno rehabilitacijo]     C --&gt; D(KCP primerja stanje ob zadnji kontroli ter zapiše v aplikacijo CR.) </pre>	<p><b>Vprašanje št. 25 v vprašalniku 1 oz. vprašanja št. 34-36 v vprašalniku 2:</b></p> <p>33. Ali ste v istem delovnem razmerju, kot ste bili ob postavitvi diagnoze raka dojke? DA/NE</p> <p>25./34. Ali se želite vrniti na delovno mesto? DA/NE</p> <p>35. Ali pričakujete, da boste imeli v primeru vrnitve na delovno mesto težave? DA/NE</p> <p>36. Ali želite strokovno pomoč pri vračanju v delovni proces (poklicna rehabilitacija)? DA/NE</p> <p>KCR vnese izvid v aplikacijo CR.</p>

## 5. Vprašalniki

### 5.1. PRVI VPRAŠALNIK | *Namenjen bolnikom ob postavitvi diagnoze raka dojk*

Anksioznost, depresivnost in duševna stiska	1. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dnevih spoprijemali z depresivnostjo, brezupom, žalostjo, občutki, da ste na dnu? <i>Samoocena od 1 do 10.</i> 2. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dnevih spoprijemali z občutji nervoznosti, nemira, s tem, da ne morete ustaviti ali kontrolirati skrbi? <i>Samoocena od 1 do 10.</i>
Kognitivne funkcije	3. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dnevih soočali s težavami s koncentracijo, pomnjenjem, upočasnjenostjo v razmišljanju? <i>Samoocena od 1 do 10.</i>
Utrudljivost	4. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dnevih spoprijemali s konstantno utrudljivostjo, kljub dobremu nočnemu spancu? <i>Samoocena od 1 do 10.</i> 5. V kolikšni meri utrudljivost moti vaše običajne aktivnosti? <i>Samoocena od 1 do 10.</i>
Nespečnost	6. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dnevih soočali s težavami, da zvečer zaspate, se ponoči zbudate ali se zjutraj prezgodaj zbudate? <i>Samoocena od 1 do 10.</i>
Funkcionalnost	/
Brazgotina	/
Okvara srca	7. Ali imate kratko sapo ali bolečino v prsih po dnevni aktivnosti ali ob naporu? DA/NE 8. Ali imate kratko sapo, ko ležite v postelji, se ponoči zbudate, ker potrebujete zrak, vam otekata nogi? DA/NE
Simptomi, povezani s pomanjkanjem ženskih hormonov	9. Ali imate težave z vročinskimi valovi/nočnim potenjem? DA/NE 10. Ali opažate težave, kot so suha nožnica, uhajanje urina ali bolečine pri spolnih odnosih? DA/NE
Spolnost	11. Imate zaradi bolezni raka dojk skrbi ali težave glede vaše spolne funkcije, spolne aktivnosti, spolnega življenja? DA/NE 12. Vam te skrbi povzročajo stisko? <i>Samoocena od 1 do 10.</i>
Zdrav življenjski slog	13. Koliko minut se v običajnem tednu ukvarjate s telesno dejavnostjo, da se segrejete, pospešeno dihate ali se znojite? _____min/teden (vpišite) 14. Ali kadite oziroma ste izpostavljeni cigaretnemu dimu? DA/NE Če je odgovor DA, koliko cigaret pokadite na dan? A.) pasivni kadilec B.) 0-10/dan C.) 11-20/dan D.) >20/dan 15. Ali uživate alkohol? DA/NE Če DA, koliko enot alkohola (1 dcl vina ali 3 dcl piva) popijete na teden? A.) zgolj občasno B.) 1-7 enot/teden; C.) več od 7 enot/teden
Prehrana in prehransko stanje	16. Vaša telesna masa je: _____kg (vpišite) 17. Vaša telesna višina ja: _____cm (vpišite) 18. Ali ste v zadnjih 3-6 mesecih izgubili telesno maso? DA/NE 19. Ali imate zmanjšan apetit oziroma v zadnjem tednu zaužijete manj hrane kot običajno? DA/NE 20. Kakšen je vaš način prehranjevanja? A) uživam mešano prehrano B) sem vegetarijanka in ne uživam živil živalskega izvora C) sem vegetarijanka in uživam tudi beljakovine živalskega izvora D) imam drugačen način prehranjevanja E) uživam dieto, ki ni predpisana s strani zdravnika



	21. Ali vas skrbi vaša telesna masa? DA/NE 22. Ali jemljete prehranske dopolnila kot so vitamini ali drugi prehranski dodatki, ki jih ni predpisal zdravnik? DA/NE
Bolečina	23. Ali imate kakršnokoli bolečino? DA/NE 24. Kako bi ocenili vašo bolečino v zadnjem mesecu? <i>Samoocena od 1 do 10.</i>
Alopecija	/
Poklicna rehabilitacija	25. Ali se želite vrniti na delovno mesto? DA / NE

## 5.2. DRUGI VPRAŠALNIK | *Namenjen bolnikom po zaključenem zdravljenju*

Anksioznost, depresivnost in duševna stiska	1. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dneh spoprijemali depresivnostjo, brezupom, žalostjo, občutki, da ste na dnu? <i>Samoocena od 1 do 10.</i> 2. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dneh spoprijemali občutki nervoznosti, nemira, s tem, da ne morete ustaviti ali kontrolirati skrbi? <i>Samoocena od 1 do 10.</i>
Kognitivne funkcije	3. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dneh soočali s težavami s koncentracijo, pomnjenjem, upočasnjenostjo v razmišljanju? <i>Samoocena od 1 do 10.</i>
Utrudljivost	4. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dneh spoprijemali s konstantno utrudljivostjo, kljub dobremu nočnemu spancu? <i>Samoocena od 1 do 10.</i> 5. V kolikšni meri utrudljivost moti vaše običajne aktivnosti? <i>Samoocena od 1 do 10.</i>
Nespečnost	6. V kolikšni meri ste se v zadnjih 14 dneh soočali s težavami, da zvečer zaspate, se ponoči zbudate ali se zjutraj prezgodaj zbudate? <i>Samoocena od 1 do 10.</i>
Funkcionalnost	7. Ali imate občutek napete, mravljinčaste ali težke roke? DA/NE 8. Imate otekline zgornjega uda? DA/NE 9. Imate težave z ramenskim sklepom - omejena gibljivost, bolečine? DA/NE
Brazgotina	10. Ali imate občutek, da vas brazgotine "zategujejo, vlečejo"? DA/NE 11. So brazgotine trde, neelastične ali boleče? DA/NE
Okvara srca	12. Ste prejeli kemoterapijo? DA/NE 13. Ali imate kratko sapo ali bolečino v prsih po dnevnih aktivnostih ali ob naporu? DA/NE 14. Ali imate kratko sapo, ko ležite v postelji, se ponoči zbudate, ker potrebujete zrak, vam otekata nogi? DA/NE
Simptomi, povezani s pom. ženskih hormon.	15. Ali imate težave z vročinskimi valovi/nočnim potenjem? DA/NE 16. Ali opažate težave, kot so suha nožnica, uhajanje urina ali bolečine pri spolnih odnosih? DA/NE
Spolnost	17. Imate zaradi bolezni raka dojke skrbi ali težave glede vaše spolne funkcije, spolne aktivnosti, spolnega življenja? DA/NE 18. Vam te skrbi povzročajo stisko? <i>Samoocena od 1 do 10.</i>
Zdrav način življenja	19. Koliko minut se v običajnem tednu ukvarjate s telesno dejavnostjo, da se segrejete, pospešeno dihate ali se znojite? _____min/teden (vpišite) 20. Ali imate pri telesni aktivnosti težave? DA/NE Če da, kakšne? 21. Ali kadite oziroma ste izpostavljeni cigaretnemu dimu? DA/NE Če je odgovor DA, koliko cigaret pokadite na dan? A.) pasivni kadilec B.) 0-10/dan C.) 11-20/dan D.) >20/dan 22. Ali uživate alkohol? DA/NE Če DA, koliko enot alkohola (1 dcl vina ali 3 dcl piva) popijete na teden? A.) zgolj občasno B.) 1-7 enot/teden; C.) več od 7 enot/teden
Prehrana in prehransko stanje	23. Vaša telesna masa je: _____kg (vpišite) 24. Vaša telesna višina je: _____cm (vpišite) 25. Ali ste v zadnjih 3-6 mesecih izgubili telesno maso? DA/NE 26. Ali imate zmanjšan apetit oziroma v zadnjem tednu zaužijete manj hrane kot običajno? DA/NE 27. Kakšen je vaš način prehranjevanja? A) uživam mešano prehrano B) sem vegetarijanka in ne uživam živil živalskega izvora C) sem vegetarijanka in uživam tudi beljakovine živalskega izvora D) imam drugačen način prehranjevanja C) uživam dieto, ki ni predpisana s strani zdravnika 28. Ali vas skrbi vaša telesna masa? DA/NE 29. Ali jemljete prehranske dopolnila kot so vitamini ali drugi prehranski dodatki, ki jih ni predpisal zdravnik? DA/NE
Bolečina	30. Ali imate kakršnokoli bolečino? DA/NE 31. Kako bi ocenili vašo bolečino v zadnjem mesecu? <i>Samoocena od 0 do 10.</i>
Alopecija	32. Ali vam izpadajo oziroma so vam izpadli lasje? DA/NE

Poklicna rehabilitacija	33. Ali ste v istem delovnem razmerju, kot ste bili ob postavitvi diagnoze raka dojke? DA/NE 34. Ali se želite vrniti na delovno mesto? DA/NE 35. Ali pričakujete, da boste imeli v primeru vrnitve na delovno mesto težave? DA/NE 36. Ali želite strokovno pomoč pri vračanju v delovni proces (poklicna rehabilitacija)? DA/NE
-------------------------	---







## **EORTC QLQ - BR23**

Bolniki včasih navajajo naslednje znake/simptome ali težave. Prosimo, označite, v kolikšni meri ste (morda) vi občutili te simptome ali težave v preteklem tednu.

<b>Vaše počutje v preteklem tednu:</b>	<b>Ne</b>	<b>Malo</b>	<b>Precej</b>	<b>Zelo</b>
31. Ste imeli suha usta?	1	2	3	4
32. Sta hrana in pijača imeli drugačen okus kot ponavadi?	1	2	3	4
33. So bile vaše oči boleče, vnete oz. so se vam solzile?	1	2	3	4
34. So vam kaj izpadali lasje?	1	2	3	4
35. Na to vprašanje odgovorite le v primeru, če ste opazili izpadanje las: Vas je izpadanje las vznemirilo?	1	2	3	4
36. Ste se počutili, kot da ste bolni ali da vam ni dobro?	1	2	3	4
37. Ste imeli navale vročine?	1	2	3	4
38. Ste imeli glavobole?	1	2	3	4
39. Ste se zaradi bolezni ali zdravljenja počutili telesno manj privlečni?	1	2	3	4
40. Ste se zaradi bolezni ali zdravljenja počutili manj ženstveno?	1	2	3	4
41. Ste težko prenesli pogled na svoje golo telo?	1	2	3	4
42. Ste bili nezadovoljni s svojim telesom?	1	2	3	4
43. Ste bili zaskrbljeni za svoje zdravje v prihodnosti?	1	2	3	4
<b>V preteklih štirih tednih:</b>	<b>Ne</b>	<b>Malo</b>	<b>Precej</b>	<b>Zelo</b>
44. V kolikšni meri vas je zanimala spolnost /ste občutili željo po spolnosti?	1	2	3	4
45. V kolikšni meri ste bili spolno dejavni?(z ali brez spolnih odnosov)	1	2	3	4
46. Odgovorite na to vprašanje le, če ste bili spolno dejavni: Kako prijetna vam je bila spolnost?	1	2	3	4

Prosim obrnite stran

**Vaše počutje v preteklem tednu:**

	Ne	Malo	Precej	Zelo
47. Ste imeli kake bolečine v roki ali rami?	1	2	3	4
48. Ste imeli zateklo roko?	1	2	3	4
49. Ste težko dvignali roko ali jo premikali v stran?	1	2	3	4
50. Ste imeli kake bolečine v področju prizadete dojke?	1	2	3	4
51. Je bilo področje prizadete dojke oteklo?	1	2	3	4
52. Je bilo področje prizadete dojke bolj občutljivo?	1	2	3	4
53. Ste imeli probleme s kožo v področju prizadete dojke? (npr. srbeča, suha, luskasta koža)	1	2	3	4

## 6. Priloge

### 6.1. Farmakološko zdravljenje

Povzemamo vsebine farmakološkega zdravljenja za bolnike z rakom dojke za sklop psihičnih težav, ki so navedene v veljavnih *Smernicah za celostno rehabilitacijo raka dojke* z novembra 2019.

#### 6.1. 1. Depresija: farmakološko zdravljenje s strani onkologa

**ANTIDEPRESIVI** – prva izbira so **SSRI**

\*Pozor pri uvajanju ali že uvedeni antidepresivni terapiji zaradi interakcij z onkološko terapijo: bupropion, duloksetin, paroksetin, fluoksetin močni zaviralci CYP2D6, sertralin in citalopram šibki do zmerni zaviralci CYP2D6 (tamoksifen!)

- **escitalopram** (Cipraleks, Ecytara) - 7 dni ½ tbl a 10mg, nato 1tbl jutraj),
- **(sertralin** (Asentra, Zoloft), **citalopram**(Cipramil), **paroksetin** (Paroxat, Parogen, Seroxat), **fluoksetin** (Fodiss, Fluoxetin, Prozac)

sledijo:

**mirtazapin** (Mirzaten) - 15mg zvečer, 14 dni nato 30mg zvečer) (če izstopajo naslednji simptomi: nespečnost, anksioznost, inapetenca, hujšanje...)

- **venlafaksin** (Alventa, Effectin, Venlafaksin)- 37,5-75 mg zj.- začetni odmerek,
- **duloksetin** (Cymbalta, Dulsevia) (30-60 mg zj. začetni odmerek - če izstopa bolečinski sindrom)
- **bupropion** (Wellbutrin) - 150mg zj. (če izstopa utrujenost)
- **agomelatin 25 mg zv. (potrebno spremljanje ALT, AST po shemi pred in med zdravljenjem).**

#### 6.1.2. Anksioznost: farmakološko zdravljenje s strani onkologa

Benzodiazepini so namenjeni kratkotrajnemu zdravljenju, ne dlje kot 4 - 6 tednov zaradi potenciala za razvoj odvisnosti, pozor za možne interakcije z onkološko terapijo; če lečeči zdravnik presodi, da bo zdravljenje daljše, je prva izbira zdravilo iz skupin v nadaljevanju (antidepresiv, atip. antipsihotik, antiepileptik).

**BENZODIAZEPINI:**

- kratkodelujoči: **bromazepam** (Lexaurin) 1,5mg do 3x dan, **alprazolam** (Helex, Xanax) 0,25mg do 3x na dan
- srednjedelujoči: **diazepam** (Apaurin) 2 mg/dan do 3x na dan, **lorazepam** (Loram, Lorsilan) 1mg, do 3x na dan
- dolgodelujoči: **klonazepam** (Rivotril) 0,5mg, 2x na dan

**ANTIDEPRESIVI:** do začetnega anksiolitičnega učinka potrebnih vsaj teden dni, ni adiktivnega učinka:



- **SSRI** ali **mirtazapin**, (velja enako kot pri zdravljenju depresije\* )

**ATIPičNI ANTIPSIHOTIKI:** (nizki odmerki - off label predpisovanje) – takojšen anksiolitičen in sedativen učinek:

- **kvetiapin** (Kventiax, Loquen, Kvelux): 12,5-25mg pp do 3x na dan
- **olanzapin** (Zyprexa, Zolrix, Olanzapin): 2,5 mg 2 x dnevno
- **sulpirid** (Eglonyl): 50mg pp do 3x/dan

**ANTIPILEPTIKI:** **pregabalin** (Lyrica): 75mg/dan – postopno uvesti)

### 6.1.3. Nespečnost: farmakološko zdravljenje s strani onkologa

Pozor: pridruženi simptomi anksioznosti in/ali depresije ob nespečnosti.

\*Pozor na možne interakcije z onkološko terapijo.

**BENZODIAZEPINI** ali **HIPNOTIKI** za kratkotrajno obvladovanje nespečnosti in ne dlje kot 4 tedne : priporočilo: **zolpidem** (Sanval) 5-10mg zvečer, **nitrazepam** (Cerson) 5mg zvečer

**ANTIDEPRESIVI:**

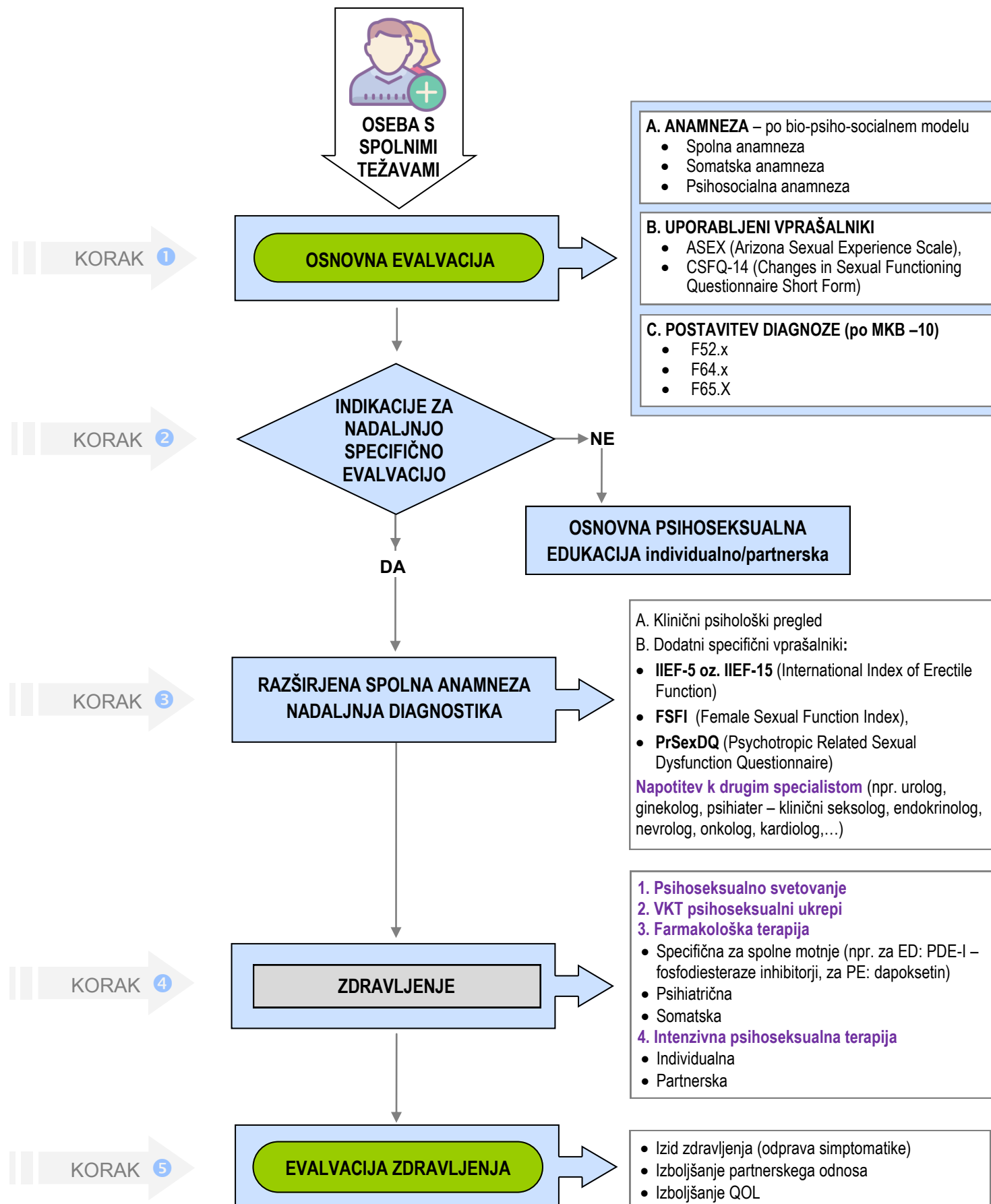
- **trazodon** (Trittico) 50 – 100 mg zv.,
- **mirtazapin** (Mirzaten) 15mg zvečer pred spanjem,

**ATIPičNI ANTIPSIHOTIKI:**

- **kvetiapin** (Kventiax, Loquen, Kvelux) 12,5-75mg zvečer
- **olanzapin** (Zyprexa, Zolrix, Olanzapin) 2,5-5mg zvečer,

**Zdravila za zmanjšanje dnevne zaspanosti** (psihostimulanti modafinil(Altasomil), metilfenidat (Concerta) ali inhibitorji holinesteraze (donepezil- Yasnal)

## 6. 2. Klinična pot za obravnavo oseb s spolnimi motnjami



The background features several abstract, light grey shapes. On the left, a large, curved shape sweeps across the page. In the center-right, there is a smaller, vertically oriented oval. At the bottom, there are two more abstract shapes, one on the left and one on the right, both pointing upwards towards the center.

Priporočila in klinične poti so dosegljivi  
na spletni strani Onkološkega inštituta

*[www.onko-i.si/priporocila](http://www.onko-i.si/priporocila)*

*[www.onko-i.si/klinicne-poti](http://www.onko-i.si/klinicne-poti)*