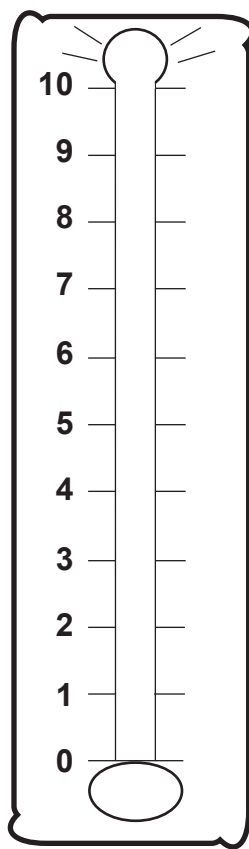


### NCCNS TERMOMETER FOR BELASTNING

Belastning er en ubehagelig opplevelse av mental, fysisk, sosial eller åndelig karakter. Den kan påvirke hvordan du tenker eller reagerer, eller hvordan du føler deg. Belastning kan gjøre det vanskeligere å mestre det å ha kreft, både symptomene og/eller kreftbehandlingen.

Instrukser: Sett en ring rundt nummeret (0-10) som best beskriver i hvor stor grad du har opplevd belastningen den siste uken, i dag medregnet.

Ekstremt belastende



Ikke belastende

### PROBLEMLISTE

Har du vært plaget med noen av de nedenstående ting i løpet av siste uke, i dag medregnet? (Kryss av alt som er aktuelt)

#### Fysiske problemer

- Smerter
- Søvn
- Tretthet
- Tobakkbruk
- Rusmisbruk
- Hukommelse eller konsentrasjon
- Seksuell helse
- Endringer i matinntaket
- Tap av, eller endring i fysiske ferdigheter

#### Emosjonelle problemer

- Bekymring eller angst
- Nedstemthet eller depresjon
- Manglende interesse eller glede
- Sorg eller tap
- Engstelse
- Ensomhet
- Sinne
- Endret utseende
- Følelse av å være mindre verd eller en byrde

#### Sosiale problemer

- Forholdet til ektefelle eller partner
- Forholdet til barna
- Forholdet til familiemedlemmer
- Forholdet til venner og kolleger
- Kommunikasjon med helsetjeneste-  
teamet
- Mulighet til å få barn

#### Praktiske problemer

- Ta vare på meg selv
- Ta vare på andre
- Jobb
- Skole
- Bolig
- Økonomi
- Forsikring
- Transport
- Omsorg for barn
- Få nok mat
- Tilgang til medisiner
- Beslutning om behandling

#### Åndelige eller religiøse problemer

- Følelse av mening eller hensikt
- Endringer i tro eller overbevisning
- Døden, det å dø, eller liv etter døden
- Konflikt mellom overbevisning og behandling av kreft
- Forhold til det hellige
- Rituelle behov eller diettmessige krav

#### Andre problemer:

---



---



---

**Merknad:** Alle anbefalinger er kategori 2A om ikke annet er indikert.

**Kliniske utprøvinger:** NCCN mener at den beste håndteringen av en kreftpasient er en klinisk utprøving. Deltakelse i kliniske utprøvinger blir særlig oppfordret.