PROMsகளின் சில எடுத்துக்காட்டுகள் யாவை?

பொதுவான PROMsகள்

EuroQol-5 பரிமாணங்கள் (EuroQol-5 Dimensions, EQ-5D), ஒரு பொதுவான PROMs-க்கான எடுத்துக்காட்டாகும்.

இது நடமாடும் திறன், சுய-பராமரிப்பு, வலி, தினசரி நடவடிக்கைகளை நிறைவு செய்வதற்கான உங்கள் திறன் மற்றும் உங்களின் உளவியல் சார்ந்த நிலைமை ஆகியவை குறித்த ஐந்து கேள்விகளின் அடிப்படையில் உங்கள் வாழ்க்கைத் தரத்தை அளவிடுகிறது.

கீழே உள்ள கேள்வி, EQ-5D -இன் ஐந்து கேள்விகளில் ஒன்றாகும்.

நடமாடும் திறன்

- நடப்பதில் எனக்கு எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை ☐
- நடப்பதில் எனக்கு சற்று பிரச்சினைகள் உள்ளன ☐
- நடப்பதில் எனக்கு மிதமான பிரச்சினைகள் உள்ளன ☐
- நடப்பதில் எனக்குத் தீவிரமான பிரச்சினைகள் உள்ளன ☐
- என்னால் நடக்கவே இயலாது ☐

நோய் நிலைக்குக் குறிப்பான PROMsகள்

Oxford Knee Score (OKS) என்பது நோய் நிலைக்குக் குறிப்பான PROMs-க்கான ஒரு எடுத்துக்காட்டாகும்.

இது 12 கேள்விகள் மூலம் மொத்த முழங்கால் மாற்று அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகுள்ள உங்கள் முழங்காலின் செயல்பாடு மற்றும் வலி அளவுகளை மதிப்பிடுகிறது.

கீழே உள்ள கேள்வி, OKS -இன் 12 கேள்விகளில் ஒன்றாகும்.

கடந்த 4 வாரங்களில்...
உங்கள் முழங்காலின் காரணமாக உங்களுக்கு வழக்கமாக இருக்கின்ற வலியை எவ்வாறு விவரிப்பீர்கள்?

எதுவுமில்லை	*மிக இலேசானது*	*இலேசானது*	*மிதமானது*	*தீவிரமானது*
☐	☐	☐	☐	☐

வேல்யு ஆபிஸ்
தான் தோக் செங் மருத்துவமனை
தொடர்புக்கு:
6357 7000 (மைய தொடர்பு)

தகவல்களை அணுக கைத்தொலைபேசி வாயிலாக QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யுங்கள் அல்லது இந்த இணையதளத்தை நாடுங்கள்:
http://for.sg/ttsh-health-library

இந்த தகவல் பயனுள்ளதாக இருந்ததா? படித்ததையொட்டி உங்களுக்கு ஏதேனும் கருத்து இருந்தால் தயவுசெய்து patienteducation@ttsh.com.sg என்ற முகவரிக்கு மின்னஞ்சல் அனுப்புங்கள்

Tan Tock Seng HOSPITAL
National Healthcare Group

© டான் டோக் செங் மருத்துவமனை, 2023. அனைத்து உரிமைகளும் பாதுகாக்கப்பட்டவை. **ஜூலை** 2023 நிலவரப்படி அனைத்து தகவல்களும் சரியானவை. இந்த ஆவணத்தின் எந்தப் பகுதியும் டான் டாக் செங் மருத்துவமனையின் முன் அனுமதியின்றி மீண்டும் உருவாக்கப்படவோ, நகலெடுக்கவோ, தலைகீழ் தொகுப்பாக்கப்படவோ , தழுவப்படவோ விநியோகிக்கப்படவோ, வணிக ரீதியாக சுரண்டவோ, தரவுத்தளத்தில், மீட்டெடுக்கும் அமைப்பில் காட்டப்படவோ சேமிக்கவோ அல்லது எந்த வடிவத்திலும் அனுப்பவோ கூடாது.

PECC-VMU-ED-2022-1532T-v1

Tan Tock Seng HOSPITAL

வேல்யு ஆபிஸ்

PROMsஉடன் சிறந்த பராமரிப்பு (நோயாளி தெரிவித்த இறுதிவிளைவு குறித்த அளவீடுகள்)

PROMsகள் என்றால் என்ன?

நோயாளியால் தெரிவிக்கப்பட்ட இறுதிவிளைவு குறித்த அளவீடுகள் (Patient Reported Outcome Measures, PROMs) என்பவை உங்கள் ஆரோக்கியம் மற்றும் நல்வாழ்வு தொடர்பான விளைவுகளை உங்கள் பராமரிப்பு வழங்குநரிடம் தெரிவிக்க உங்களுக்கு உதவும் கருத்தாய்வுகளாகும்.

இந்தக் கருத்தாய்வுகள் உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்புக் குழுக்கு உங்கள் ஆரோக்கியத்தின் நிலைமையை நன்கு புரிந்துகொள்ளவும், கண்காணிக்கவும் உதவும்.

PROMsகளின் வெவ்வேறு வகைகள் யாவை

இரண்டு வகையான PROMsகள் உள்ளன:

I. பொதுவான PROMsகள்

II. நோய் நிலைக்குக் குறிப்பான PROMsகள்

பொதுவான PROMsகள்

பொதுவான PROMsகள் பரந்த அளவிலான நோய் நிலைகளுக்காகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன, மேலும் அவை அன்றாட வாழ்க்கை நடவடிக்கைகள், மனக்கவலை மற்றும் சுய-பராமரிப்பு போன்ற வாழ்க்கையின் உளவியல் சார்ந்த அம்சங்கள் மீது கவனம் செலுத்துகின்றன.

நோய் நிலைக்குக் குறிப்பான PROMsகள்

நோய் நிலைக்குக் குறிப்பான PROMsகள், நோயாளிகளின் நோய் நிலையின் குறிப்பிட்ட அம்சங்கள் மீது கவனம் செலுத்துகின்றன (எ.கா. Oxford Knee Score-க்காக முழங்காலில் உள்ள வலியின் அளவு).

PROMsகளை எவ்வாறு மேற்கொள்வது?

உங்கள் நோய் நிலையின் அடிப்படையில், எந்த PROMsகள் உங்களுக்குப் பொருத்தமானவை, அவற்றை எவ்வாறு நிறைவு செய்வது மற்றும் எவ்வளவு அடிக்கடி PROMsகளை மேற்கொள்ள நீங்கள் ஊக்குவிக்கப்படுகிறீர்கள் என்பதை உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்புக் குழு பரிந்துரைக்கும்.

உங்களின் கலந்தாலோசனைக்கு முன்பு உங்களின் மருத்துவ நியமன சந்திப்பின் போது அவற்றை நிறைவு செய்யுமாறு உங்களிடம் கேட்கப்படலாம். பின்தொடர் நியமன சந்திப்புகளுக்கு இடையே அவற்றை இணையத்தில் நிறைவு செய்யுமாறு அறிவுறுத்துகின்ற ஒரு குறுஞ்செய்தியையும் நீங்கள் பெறுவீர்கள்.

PROMsகள் எனது பராமரிப்பை எவ்வாறு மேம்படுத்தலாம்?

இவை உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்புக் குழுவுடனான உங்கள் உறவை வலுப்படுத்துகின்றன

உங்களின் தற்போதைய ஆரோக்கிய நிலைமை, ஆரோக்கிய இலக்குகள் மற்றும் பொதுவான நல்வாழ்வு ஆகியவற்றைப் பற்றி உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்புக் குழு நன்றாகப் புரிந்துகொள்வதன் பொருட்டு நீங்கள் அவர்களுடன் சிறப்பாகத் தகவல்தொடர்பு கொள்வதற்கு PROMsகள் உங்களுக்கு உதவுகின்றன.

இவை உங்கள் அறிகுறிகள் மற்றும் கவலைகளைச் சிறப்பாகப் போக்குவதற்கு இலக்கிடப்பட்ட சிகிச்சைகளைப் பெற வழிவகுக்கின்றன

PROMsகள் உங்கள் அறிகுறிகளின் தீவிரம் மற்றும் நிலைமையைக் கண்டறியவும் கண்காணிக்கவும் உதவுகின்றன. இது உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்புக் குழு உங்களுக்குச் சரியான நேரத்தில் சரியான சிகிச்சையை வழங்க உதவும்.

இவை உங்கள் பராமரிப்புத் திட்டத்தின் செயல்திறனைப் பற்றிய நுண்ணறிவுகளை வழங்குகின்றன

உங்கள் பராமரிப்புத் திட்டத்தின் செயல்திறனையும், அதில் நீங்கள் எவ்வளவு திருப்தி அடைகிறீர்கள் என்பதையும் உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்புக் குழு தீர்மானிப்பதற்கு PROMsகள் உதவுகின்றன. நுண்ணறிவுகளின் அடிப்படையில் உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்புக் குழு மேற்கொண்டு உங்கள் பராமரிப்புத் திட்டத்தை மேம்படுத்தித் தனிப்பயனாக்கும்.

கடந்தகாலம் இப்போது

இவை காலப்போக்கில் உங்கள் ஆரோக்கியத்தில் ஏற்படும் முன்னேற்றத்தைக் கண்காணிக்கின்றன

PROMsகள் உங்கள் நோய் நிலையின் முக்கிய அம்சங்களைக் கண்டறிந்து, பின்தொடர்தல்களுக்கு இடையே உங்கள் ஆரோக்கிய நிலைமையைக் கண்காணிக்கின்றன.

இவை உங்கள் ஆரோக்கியத்தின் மீது உரிமை எடுத்துக்கொள்ள ஊக்குவிக்கின்றன

PROMsகள் உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்புப் பயணத்தில் உங்கள் கருத்துக்களைச் சேர்க்கும் வகையில் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளன. இது உங்கள் ஆரோக்கியத்தில் செயல்நிலையில் பங்கு வகிக்க உங்களை அனுமதிக்கிறது.

எனது தரவுகள் எவ்வாறு பாதுகாக்கப்படுகின்றன?

பின்வருவனவற்றின் மூலம் PROMsகளை நிறைவு செய்யலாம்

I. அச்சுநகல் படிவங்கள்

II. FormSG போன்ற பாதுகாப்பான ஆன்லைன் தளங்கள்

உங்கள் தகவல்கள் கண்டிப்பாக இரகசியமாக வைத்துக்கொள்ளப்படும் என்பதையும், அவை உங்கள் பராமரிப்புத் திட்டத்திற்கு ஏற்ப பயன்படுத்தப்படும் என்பதையும் தயவுசெய்து உறுதியாக நம்புங்கள்.

ஏதேனும் கேள்விகள் உள்ளதா?

PROMsகளைப் பற்றி மேலும் அறிய உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்புக் குழுவிடம் நீங்கள் பேசலாம்.

பொறுப்புத் துறப்பு

உங்கள் பராமரிப்புத் திட்டத்தை வழிநடத்துவதற்கான வழக்கமான மருத்துவ நடைமுறையில் PROMsகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன, மேலும் அவை மருத்துவ ஆலோசனைக்கு மாற்றானதல்ல.

உங்களுக்கு உடனடி மருத்துவக் கவனிப்பு தேவைப்பட்டால், உங்கள் மருத்துவர் அல்லது அவசர சிகிச்சைப் பிரிவை அணுகவும்.