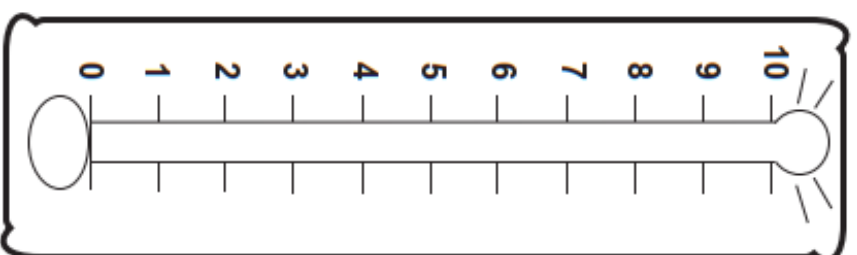


## NCCN:S ANGESTTERMOMETER

Ångest är en obehaglig upplevelse av mental, fysisk, social eller själslig karaktär. Den kan påverka hur du tänker, känner dig eller agerar. Ångest kan göra det svårare att klara av cancer, dess symtom eller dess behandling.

**Instruktioner:** Ringa in det nummer (0–10) som bäst beskriver hur mycket ångest du har upplevt under den senaste veckan, inklusive i dag.

### Extrem ångest



### Ingen ångest

#### LISTA MED PROBLEM

Har du haft problem med/funderingar kring något av nedanstående den senaste veckan, fram till i dag? (Markera alla som stämmer)

##### Fysiskt

- Smärta
- Sömnproblem
- Utmattning
- Tobaksanvändning
- Missbruk
- Minne eller koncentration
- Sexuell hälsa
- Förändrade matvanor
- Försämrade eller förändrad fysisk förmåga

##### Praktiskt

- Ta hand om mig själv
- Ta hand om andra
- Arbete
- Utbildning
- Bostad
- Ekonomi
- Försäkring
- Transport
- Barmomsorg

##### Psykiskt

- Oro eller ångest
- Nedstämdhet eller depression
- Ointresse eller oförmåga att känna glädje
- Sorg eller förlust
- Rädsla
- Ensamhet
- Illska
- Beteendeförändringar
- Känslor av att vara värdelös eller en börda

##### Själsligt/reliöst

- Känsla av mening eller syfte
- Förändrad tro
- Döden, att dö eller livet efter döden
- Konflikt mellan tro och cancerbehandlingar
- Koppling till det heliga
- Ritualer eller kosthållning

##### Socialt

- Relation till din partner
- Relation till dina barn
- Relation till dina familjemedlemmar
- Relation till dina vänner eller kollegor
- Kommunikation med sjukvårdsteam
- Möjligheten att kunna få barn

##### Andra funderingar:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Observera: Alla rekommendationer är av kategori 2A om inget annat anges.

Kliniska prövningar: NCCN anser att den bästa vården för alla patienter med cancer är en klinisk prövning. Medverkan i kliniska prövningar är starkt rekommenderat.