

## Pochopenie vašej atopickej dermatitídy pomocou ADCT

Atopická dermatitída (AD) je chronická forma ekzému. Je to bežná a liečiteľná choroba, no nie vždy je jednoduché ju zvládnuť a môže mať tiež vplyv na kvalitu vášho života viac ako jedným spôsobom.

Hodnotenie kontroly ochorenia vo všetkých oblastiach života, ktoré vaša AD ovplyvňuje – vrátane viditeľných známkov na pokožke, príznakov, ako je svrbenie a bolesť, alebo celkovej kvality života – môže pomôcť lekárovi monitorovať odpoveď na liečbu, usmerňovať rozhovory o optimálnej starostlivosti, ktorá je pre vás najvhodnejšia, a stanovenie dosiahnuteľných cieľov.

Nástroj na kontrolu atopickej dermatitídy (ADCT) je nástroj, ktorý bol vypracovaný na pomoc pacientom a ich lekármi pri komplexom a účinnom pochopení ich ochorenia. Ak chcete sami vyhodnotiť, ako dobre je vaša AD kontrolovaná, odpovedzte na nasledujúce otázky. Vaše odpovede na ADCT pomôžu vášmu lekárovi alebo zdravotnej sestre lepšie pochopiť, čo v rámci vašej liečby potrebujete.

### 1. krok: Vyplňte šesť stručných otázok o vašej AD

Vyplňte otázky nižšie. Na správne použitie ADCT je potrebné odpovedať na všetkých šesť otázok.

#### Nástroj na kontrolu atopickej dermatitídy (ADCT)

Odpovedzte na nasledujúce otázky a myslite pritom na svoje skúsenosti s ekzémom, ktorý sa tiež niekedy nazýva „atopická dermatitída“.

- Ako by ste za uplynulý týždeň hodnotili svoje príznaky súvisiace s ekzémom (napríklad: svrbenie, suchá pokožka, kožná vyrážka)?  
 0 Žiadne       1 Mierne       2 Stredne závažné       3 Závažné       4 Veľmi závažné
- Koľko dní za uplynulý týždeň ste mali **obdobia intenzívneho svrbenia** z dôvodu vášho ekzému?  
 0 Žiadne       1 1 – 2 dni       2 3 – 4 dni       3 5 – 6 dní       4 Každý deň
- Do akej miery vás za uplynulý týždeň **obťažoval** váš ekzém?  
 0 Vôbec nie       1 Trochu       2 Stredne       3 Veľmi       4 Extrémne
- Koľko nocí za uplynulý týždeň ste mali **problém zaspáť alebo zostať spať** z dôvodu vášho ekzému?  
 0 Ani jednu noc       1 1 – 2 noci       2 3 – 4 noci       3 5 – 6 nocí       4 Každú noc
- Do akej miery **ovplyvňoval** ekzém **vaše každodenné činnosti** za uplynulý týždeň?  
 0 Vôbec nie       1 Trochu       2 Stredne       3 Veľmi       4 Extrémne
- Do akej miery **ovplyvňoval** ekzém **vašu náladu alebo emócie** za uplynulý týždeň?  
 0 Vôbec nie       1 Trochu       2 Stredne       3 Veľmi       4 Extrémne

© Atopic Dermatitis Control Tool\_verzia 1, 12 Feb 2020 Sanofi Group a Regeneron Pharmaceuticals Inc. Všetky práva vyhradené.

Ak sa chcete dozvedieť, ako vypočítať celkové skóre ADCT, obráťte na druhú stranu.

## 2. krok: Vypočítajte svoje celkové skóre ADCT

Po zodpovedaní na všetkých šesť otázok použite tabuľku ADCT nižšie na výpočet vášho celkového skóre ADCT.

- **Pre každú otázku sa vaša odpoveď hodnotí medzi 0 bodmi a 4 bodmi.**  
Do **sivých** polí v pravom stĺpci nižšie uvedenej tabuľky ADCT vyplňte body, ktoré ste získali za každú odpoveď.
- **Súčet bodov za vaše odpovede na šesť otázok ADCT je vaše celkové skóre ADCT.**  
Vypočítajte súčet svojich bodov v sivých poliach a napíšte ho do **fialového** poľa na spodku. Vaše celkové skóre ADCT bude medzi 0 a 24.
- Do poľa vľavo hore si poznačte dnešný dátum. Možno si budete chcieť pozrieť dátum, kedy ste zaznamenali svoje celkové skóre ADCT, keď sa budete rozprávať s lekárom o svojej AD.

Dnešný dátum:

Poznačte si svoje body za každú otázku do sivých polí

1. Ako by ste za uplynulý týždeň hodnotili svoje príznaky súvisiace s ekzémom?	(Žiadne) <b>0 bodov</b>	(Mierne) <b>1 bod</b>	(Stredne závažné) <b>2 body</b>	(Závažné) <b>3 body</b>	(Veľmi závažné) <b>4 body</b>
2. Koľko dní za uplynulý týždeň ste mali obdobia intenzívneho svrbenia z dôvodu vášho ekzému?	(Žiadne) <b>0 bodov</b>	(1 – 2 dni) <b>1 bod</b>	(3 – 4 dni) <b>2 body</b>	(5 – 6 dni) <b>3 body</b>	(Každý deň) <b>4 body</b>
3. Do akej miery vás za uplynulý týždeň obťažoval váš ekzém?	(Vôbec nie) <b>0 bodov</b>	(Trochu) <b>1 bod</b>	(Stredne) <b>2 body</b>	(Veľmi) <b>3 body</b>	(Extrémne) <b>4 body</b>
4. Koľko nocí za uplynulý týždeň ste mali problém zaspať alebo zostať spať z dôvodu vášho ekzému?	(Ani jednu noc) <b>0 bodov</b>	(1 – 2 noci) <b>1 bod</b>	(3 – 4 noci) <b>2 body</b>	(5 – 6 noci) <b>3 body</b>	(Každú noc) <b>4 body</b>
5. Do akej miery ovplyvňoval ekzém vaše každodenné činnosti za uplynulý týždeň?	(Vôbec nie) <b>0 bodov</b>	(Trochu) <b>1 bod</b>	(Stredne) <b>2 body</b>	(Veľmi) <b>3 body</b>	(Extrémne) <b>4 body</b>
6. Do akej miery ovplyvňoval ekzém vašu náladu alebo emócie za uplynulý týždeň?	(Vôbec nie) <b>0 bodov</b>	(Trochu) <b>1 bod</b>	(Stredne) <b>2 body</b>	(Veľmi) <b>3 body</b>	(Extrémne) <b>4 body</b>

Súčet vašich bodov = **vaše celkové skóre ADCT:**

## 3. krok: Porozprávajte sa s lekárom o tom, ako vaša AD ovplyvňuje váš každodenný život.

Vaša AD nemusí byť kontrolovaná dobre, ak:

- **Vaše celkové skóre ADCT je minimálne 7 bodov.**  
ALEBO
  - **Jedna z vašich odpovedí spadá do oblasti modro zvýraznených políčok vo vyššie uvedenej tabuľke ADCT.**  
ALEBO
  - **Vaše celkové skóre ADCT sa zvýšilo o 5 alebo viac bodov odkedy ste naposledy použili ADCT.**
- ✓ Ak máte obavy, že vaša AD možno nie je dostatočne kontrolovaná, mali by ste vyhľadať lekársku pomoc.
- ✓ Vezmite si svoj vyplnený ADCT so sebou na vašu ďalšiu naplánovanú konzultáciu.
- ✓ Porozprávajte sa s lekárom o vašich odpovediach na otázky ADCT a ako vás ovplyvňuje vaša AD.