

Ohjeet oireiden ja voinnin seurantaan

Tätä oirepäiväkirjapohjaa voi käyttää tällaisenaan lapsen hyvinvoinnin seurantaan tai soveltaa tarpeen mukaan muokattuna kuhunkin tilanteeseen parhaiten sopien. Päiväkirjan voi tulostaa kotona esimerkiksi jääkaapin oveen, jolloin sen täyttäminen sujuu ja muistuu mieleen vaivattomasti päivän toimien ohessa. Pitäkää oireista ja voinnista kirjaa vähintään kahden viikon ajan.

Sarake 1: Lapsen oireet, vointi ja toimintakyky

- Kirjatkaa tähän havainnot kaikkina päivinä, myös oireettomina.
- Kirjatkaa ylös oireiden alkamisen ja päättymisen kellonajat, jos mahdollista.
- Kirjatkaa ylös keskeisiä havaintoja lapsen voinnista: tärkeimmät oireet ja lapsen toimintakyky (eli miten oireet ovat vaikuttaneet esimerkiksi lapsen kykyyn opiskella, harrastaa ja viettää aikaa ikätovereidensa kanssa).

Sarake 2: Tilat, joissa päivää on vietetty

- Kirjatkaa tähän tilat ja paikat (kuten rakennus, luokat), joissa oppilas on oleskellut.

Sarake 3: Muuta huomioitavaa

- Kirjatkaa ylös muut mahdolliset oireisiin vaikuttavat tekijät, kuten selkeät poikkeamat normaalista elämäntavasta ja elämänrytmistä sekä muutokset arkiympäristössä.




Symbolit 😊 😐 😞

- Hymiö-sarakkeeseen voi rastittaa päivän yleisvoinnin. Lapsi voi helposti itse täyttää tätä saraketta.

Oirepäiväkirja			
Viikon numero	Lapsen vointi, oireet ja toimintakyky	Tilat joissa päivää on vietetty	Muuta huomioitavaa
MA			
TI			
KE			
TO			
PE			
LA			
SU			

Palauttakaa täytetty oirepäiväkirja kouluterveydenhoitajalle.

Oirepäiväkirja

Viikon numero:	Lapsen vointi, oireet ja toimintakyky	Tilat joissa päivää on vietetty	Muuta huomioitavaa			
MA						
TI						
KE						
TO						
PE						
LA						
SU						