

Nimi: _____ Pvm ____ / ____ 20 ____

Levottomat Jalat -Oireyhtymää Koskeva Arviointiasteikko (IRLS)

Pyytäkää potilasta arvioimaan oireitaan seuraavan kymmenen kysymyksen avulla. Potilaan pitää tehdä arvioinnit, ei terveydenhuollon ammattilaisen. Terveydenhuollon ammattilaisen tulisi kuitenkin olla läsnä, jotta hän voi selventää potilaalle mahdollisia kysymyksiin liittyviä väärinkäsityksiä ja myös merkitä potilaan vastaukset lomakkeeseen.

Viimeksi kuluneiden seitsemän päivän aikana...

(1) Millaisiksi arvioisit kaiken kaikkiaan levottomat jalat -oireyhtymän aiheuttamia epämiellyttäviä tuntemuksia jaloissasi tai käsivarsissasi?

- ⁴ Hyvin voimakkaiksi
- ³ Voimakkaiksi
- ² Kohtalaisiksi
- ¹ Lieviksi
- ⁰ Ei lainkaan epämiellyttäviä tuntemuksia

Viimeksi kuluneiden seitsemän päivän aikana...

(2) Millaiseksi arvioisit kaiken kaikkiaan tarvettasi liikkua levottomat jalat -oireyhtymästäsi aiheutuvien oireiden vuoksi?

- ⁴ Hyvin voimakkaiksi
- ³ Voimakkaiksi
- ² Kohtalaisiksi
- ¹ Lieviksi
- ⁰ Ei lainkaan tarvetta liikkua

Viimeksi kuluneiden seitsemän päivän aikana...

(3) Kuinka paljon liikkuminen lievensi kaiken kaikkiaan levottomat jalat -oireyhtymäsi aiheuttamia epämiellyttäviä tuntemuksia jaloissasi tai käsivarsissasi?

- ⁴ Ei lieventänyt lainkaan
- ³ Lievensi vähän
- ² Lievensi jonkin verran
- ¹ Oireet katosivat kokonaan tai lähes kokonaan
- ⁰ Ei levottomat jalat -oireyhtymän oireita

Nimi: _____ Pvm ____ / ____ 20 ____

Viimeksi kuluneiden seitsemän päivän aikana...

(4) Kuinka paljon levottomat jalat -oireyhtymäsi aiheuttamat oireet häiritsivät untasi?

- ⁴ Hyvin paljon
- ³ Paljon
- ² Jonkin verran
- ¹ Vähän
- ⁰ Ei lainkaan

Viimeksi kuluneiden seitsemän päivän aikana...

(5) Kuinka voimakasta oli väsymyksesi tai uneliaisuutesi päiväsaikaan johtuen levottomat jalat -oireyhtymäsi aiheuttamista oireista?

- ⁴ Hyvin voimakasta
- ³ Voimakasta
- ² Kohtalaista
- ¹ Lievää
- ⁰ Ei lainkaan väsymystä

Viimeksi kuluneiden seitsemän päivän aikana...

(6) Kuinka vaikea oli levottomat jalat -oireyhtymäsi kokonaisuudessaan?

- ⁴ Hyvin vaikea
- ³ Vaikea
- ² Kohtalaista
- ¹ Lievää
- ⁰ Ei lainkaan vaikea

Viimeksi kuluneiden seitsemän päivän aikana...

(7) Kuinka usein sinulla oli levottomat jalat -oireyhtymän aiheuttamia oireita?

- ⁴ Hyvin usein (Tämä tarkoittaa 6-7 päivänä viikossa)
- ³ Usein (Tämä tarkoittaa 4-5 päivänä viikossa)
- ² Joskus (Tämä tarkoittaa 2-3 päivänä viikossa)
- ¹ Satunnaisesti (Tämä tarkoittaa 1 päivänä viikossa)
- ⁰ Ei koskaan

Nimi: _____ Pvm ____ / ____ 20 ____

Viimeksi kuluneiden seitsemän päivän aikana...

(8) Kuinka vaikeita sinulla olleet levottomat jalat -oireyhtymän aiheuttamat oireet olivat keskimäärin?

- ⁴ Hyvin vaikeita (Tämä tarkoittaa vähintään 8 tuntia vuorokaudessa)
- ³ Vaikeita (Tämä tarkoittaa 3-8 tuntia vuorokaudessa)
- ² Kohtalaisia (Tämä tarkoittaa 1-3 tuntia vuorokaudessa)
- ¹ Lieviä (Tämä tarkoittaa enintään 1 tunti vuorokaudessa)
- ⁰ Ei lainkaan oireita

Viimeksi kuluneiden seitsemän päivän aikana...

(9) Kuinka paljon levottomat jalat -oireyhtymäsi aiheuttamat oireet vaikuttivat kaiken kaikkiaan kykyysi hoitaa päivittäisiä tehtäviä, esimerkiksi kykyysi elää tyydyttävää perhe-, koti-, seura-, koulu- tai työelämää?

- ⁴ Hyvin paljon
- ³ Paljon
- ² Jonkin verran
- ¹ Vähän
- ⁰ Ei lainkaan

Viimeksi kuluneiden seitsemän päivän aikana...

(10) Kuinka paljon levottomat jalat -oireyhtymäsi aiheuttamat oireet vaikuttivat mielialaasi; esimerkiksi aiheuttivat suuttumusta, masennusta, surua, huolestumista, ärtymystä?

- ⁴ Hyvin paljon
- ³ Paljon
- ² Jonkin verran
- ¹ Vähän
- ⁰ Ei lainkaan