

Pytania do lekarza

Lista pytań na wizytę po diagnozie lub wtedy, gdy coś zaczyna się zmieniać

Nie trzeba zadać wszystkiego podczas jednej wizyty. Wybierz 3–5 pytań najważniejszych na dziś. Dobrze przygotowana lista pytań, konkretne przykłady zmian i aktualna lista leków pomagają wykorzystać krótki czas wizyty. [1][2]

Przed wizytą – 5 minut przygotowania

Moje trzy najważniejsze sprawy na dziś

Co zmieniło się od ostatniej wizyty? Od kiedy? Jak często?

Leki, suplementy i preparaty bez recepty – nazwa, dawka, pora

Upoważnienie

Jeśli osoba żyjąca z demencją chce, aby bliski otrzymywał informacje o jej stanie zdrowia, może wskazać osobę upoważnioną. W Polsce można też upoważnić zaufaną osobę do części danych w IKP/mojeIKP. [3][4]

Po diagnozie – pytania, które warto rozważyć

O rozpoznanie

- ☐ Jaki typ demencji został rozpoznany i jak pewne jest to rozpoznanie?
- ☐ Jakie badania i informacje doprowadziły do diagnozy?
- ☐ Czy są inne choroby lub leki, które mogą nasilać objawy?
- ☐ Jakich zmian możemy spodziewać się w najbliższym czasie – i co nie jest typowym objawem tej choroby?

O leczenie

- ☐ Czy są leki lub inne interwencje, które w tej sytuacji mają sens? Jaki jest ich cel?
- ☐ Po jakim czasie oceniamy działanie leku? Jakie działania niepożądane wymagają kontaktu?
- ☐ Czy któryś z obecnych leków może pogarszać pamięć, czujność, równowagę albo zachowanie?
- ☐ Kiedy i jak często powinna odbywać się kontrola?

O codzienne funkcjonowanie

- ☐ Co osoba może nadal robić samodzielnie, a gdzie warto wprowadzić wsparcie?
- ☐ Czy są konkretne kwestie bezpieczeństwa, które powinniśmy ocenić teraz (np. leki, upadki, gotowanie, prowadzenie pojazdów)?
- ☐ Czy potrzebna jest konsultacja fizjoterapeuty, terapeuty zajęciowego, logopedy/neurologopedy, dietetyka lub innego specjalisty?

O dalszą opiekę

- ☐ Kto jest naszym punktem kontaktu, kiedy pojawi się nowy problem?
- ☐ Czy potrzebne jest skierowanie do neurologa, psychiatry, geriatry lub poradni specjalistycznej?
- ☐ Jakie wsparcie dla rodziny i opiekuna jest dostępne lokalnie?

Gdy pojawia się nowy lub nasilony problem

- ☐ Czy ta zmiana może wynikać z bólu, infekcji, odwodnienia, zaparcia, problemu ze snem, niedosłuchu/wzroku albo działania leków?
- ☐ Czy to może być delirium? Co przemawia za lub przeciw?
- ☐ Jakie objawy oznaczają, że mamy szukać pomocy pilnie?
- ☐ Czy potrzebne są badania, a jeśli tak – jakie i czego w nich szukamy?
- ☐ Czy najpierw możemy zmienić sposób komunikacji, otoczenie lub rutynę, zanim rozważymy lek na pobudzenie lub niepokój?
- ☐ Jeśli proponowany jest lek psychotropowy: jaki jest konkretny cel, jakie są korzyści i ryzyka, kiedy oceniamy efekt i kiedy rozważamy odstawienie? [5]

Ważne przy nagłej zmianie

Nagle pogorszenie w ciągu godzin lub dni nie powinno być automatycznie uznawane za „postęp demencji”. Wytyczne zalecają sprawdzenie m.in. bólu, delirium, infekcji, leków i czynników środowiskowych. [5][6]

Na koniec wizyty

Co robimy teraz? (1–3 konkretne kroki)

Kiedy kontrola / kiedy mamy skontaktować się wcześniej?

Do kogo dzwoniemy w razie problemu?

Moje notatki

Źródła i podstawa merytoryczna

[1] National Institute on Aging: Talking With Your Doctor Worksheets. <https://www.nia.nih.gov/health/medical-care-and-appointments/talking-your-doctor-worksheets>

[2] Alzheimer's Association: How is Alzheimer's Diagnosed? / questions and support after diagnosis. <https://www.alz.org/alzheimers-dementia/diagnosis>

[3] Rzecznik Praw Pacjenta: Prawo do informacji (aktualne informacje 2026). <https://www.gov.pl/web/rpp/prawo-do-informacji>

[4] pacjent.gov.pl: Krok 3. Upoważnij bliską osobę. <https://pacjent.gov.pl/krok-3-upowaznij-bliska-osobe>

[5] NICE NG97: assessment and management of distress, medicines and support. <https://www.nice.org.uk/guidance/ng97/chapter/recommendations>

[6] Alzheimer's Society: Reducing and managing behaviour that challenges.

<https://www.alzheimers.org.uk/about-dementia/stages-and-symptoms/dementia-symptoms/managing-behaviour-changes>

Stan Źródeł: wrzesień 2026. Materiał edukacyjny; nie zastępuje indywidualnej konsultacji medycznej, prawnej ani socjalnej.