STÖÐVUM ÓRÁÐ

AMMA - Helstu áhættuþættir fyrir óráð: **A**ldraðir - **M**innisskertir - **M**jaðmarbrotnir - **A**lvarlega veikir

- **S** **Skynfæri** tryggja aðgengi að gleraugum og heyrnartækjum
- **T** **Tregða** - þvag- og hægðtregða - greina, fyrirbyggja og meðhöndla
- **A** **Aðstandendur** - óráðsfræðsla og forvarnir, hvetja til viðveru
- **N** **NEWS** - fylgjast með lífsmörkum og einkennum sýkinga
- **S** **Svefn og sársauki** - stuðla að góðri hvíld og verkjameðferð
- **Ó** **Ólar**, fjötra, línur og leggi skal takmarka og auka alla hreyfingu/þjálfun ≥3x/dag
- **R** **Rx** - þekkja lyf sem ýta undir óráð og endurmeta reglulega
- **Á** **Áttun** - raunveruleikaglöggvun
- **Ð** **Þurrkur** / vannæring / tuflanir á söltum - þekkja einkenni og bregðast við

Ábyrgð: TÞE/SAÞ/EÞG

www.landspitali.is/orad

4AT PRÓFIÐ: Mat á óráði og vitrænni getu

1) Vökuástand: Tekur til sjúklinga sem geta verið mjög syfjulegir (sem er t.d. erfitt að vekja og/eða eru greinilega syfjaðir á meðan á matinu stendur) eða eru órólegir/ofvirkir. Fylgstu með sjúklingnum. Ef hann er sofandi, reyndu þá að vekja hann með ávarpi eða léttri snertingu á öxl. Spyrðu að nafni og heimilisfangi til að hjálpa við matið.	Eðlilegt vökuástand (vel vakandi, en ekki órólegur í viðtali)	0
	Dálítil syfja í minna en 10 sek. eftir að vaknar, síðan vel vakandi	0
	Greinilega óeðlilegt vökuástand	4
2) AMT4: Aldur, fæðingardagur, staður (nafn sjúkrahúss/stofnunar/byggingar), ár.	Allt rétt	0
	Eitt atriði rangt	1
	Tvö eða fleiri atriði röng/ ekki hægt að prófa	2
3) Athygli: Spyrðu sjúklinginn: „Geturðu talið upp mánuði ársins í öfugri röð og byrjað á desember"? Til að aðstoða við skilning má einungis segja einu sinni: „Hvaða mánuður er á undan desember?"	Mánuðir í öfugri röð: Telur upp 7 mánuði á réttan hátt	0
	Byrjar, en telur upp < 7 mánuði / neitar að byrja	1
	Óprófanlegur (getur ekki byrjað vegna vanlíðunar, syfju, athyglisbrests)	2
4) Skyndileg breyting eða sveiflukenndur gangur: Vísbendingar um marktæka breytingu eða sveiflur á: vökuástandi, hugsun eða annarri vitrænni starfsemi (t.d. ofsóknarkennd, ofskynjanir) sem hófust síðustu 2 vikurnar og eru enn til staðar síðustu 24 klst.	Nei	0
	Já	4
	4AT samtals stig	

4 eða yfir: Mögulega óráð +/- vitræn skerðing. **1-3:** Mögul. vitræn skerðing. **0:** óráð eða vitræn skerðing ólíkleg (mögulega þó óráð ef vantar upplýs. um 4)

www.the4at.com