BONUS 4 • Listy kontrolne

Listy kontrolne oceny i organizacji pracy klinicznej



BONUS 4

16 list i wzorów do uzupełnienia

Wywiad • dokumentacja • ponowna ocena

Porządkuj informacje, oddzielaj obserwacje od interpretacji i zapisuj dalsze kroki.

Jak korzystać?

Wybierz listę, uzupełnij pola i porównaj zapis z przykładem edukacyjnym. Materiał organizacyjny nie zastępuje oceny klinicznej ani procedur.

BONUS 4 • Listy kontrolne

Przygotowanie dokumentacji



Jak używać?

Przed rozmową sprawdź, czy notatka pozwoli później odtworzyć przebieg spotkania. Oddziel dane zgłoszone od własnej interpretacji.

Przykład edukacyjny

Przykład: A-014; 20.10.2026; powrót do oceny czucia lewej dłoni; wcześniejszy opis dostępny, lista leków do uzupełnienia.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Identyfikator osoby _____
- ☐ Data i godzina _____
- ☐ Osoba prowadząca _____
- ☐ Powód spotkania _____
- ☐ Dostępne dokumenty _____
- ☐ Brakujące informacje _____

Sprawdź zapis

Nie przepisuj starego rozpoznania jako nowego wyniku badania. Zaznacz źródło oraz datę informacji.

Źródła: B4-3

BONUS 4 • Listy kontrolne

Początek rozmowy



Jak używać?

Ustal najważniejszy temat z perspektywy osoby, zanim uporządkujesz szczegółowe pytania. Daj miejsce na własny opis.

Przykład edukacyjny

Przykład: „Chcę zrozumieć drętwienie dłoni; najbardziej przeszkadza mi nocą. Oczekuję wyjaśnienia kolejnych kroków".

Lista do uzupełnienia

- ☐ Co jest dziś najważniejsze? _____
- ☐ Od kiedy występuje problem? _____
- ☐ Co najbardziej utrudnia życie? _____
- ☐ Czego osoba oczekuje? _____
- ☐ Czy potrzebuje wsparcia w rozmowie? _____

Sprawdź zapis

Nie zamieniaj celu osoby w obietnicę wyniku. Powtórz ustalenie własnymi słowami i poproś o potwierdzenie.

Źródła: B4-1, B4-2

BONUS 4 • Listy kontrolne

Wywiad bólowy



Jak używać?

Opisuj ból kilkoma wymiarami. Natężenie jest tylko jednym z nich; funkcja i przebieg dostarczają odrębnych informacji.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Miejsce i strona _____
- ☐ Początek i przebieg _____
- ☐ Charakter odczucia _____
- ☐ Natężenie i skala _____
- ☐ Wpływ na sen i ruch _____
- ☐ Czynniki zmieniające objaw _____

Przykład edukacyjny

Przykład: prawa łydka; od tygodnia; pieczenie; 4/10 w spoczynku; gorzej po długim staniu.
To zapis, nie rozpoznanie.

Sprawdź zapis

Nie porównuj wyniku liczbowego bez kontekstu: odnotuj czynność, pozycję oraz moment pomiaru.

Źródła: B4-2

BONUS 4 • Listy kontrolne

Historia zabiegów



Jak używać?

Zbierz chronologię zabiegów i urazów, zachowując rozdział pomiędzy udokumentowanym zdarzeniem a wspomnieniem osoby.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Rodzaj zdarzenia _____
- ☐ Data lub przybliżony okres _____
- ☐ Okolica ciała _____
- ☐ Przebieg gojenia _____
- ☐ Początek objawów _____
- ☐ Źródło informacji _____

Przykład edukacyjny

Przykład: operacja prawego kolana w 2018; dokumentacja nieobecna; obecne objawy zaczęły się w 2025. Związek czasowy wymaga doprecyzowania.

Sprawdź zapis

Sam fakt wcześniejszej operacji nie dowodzi przyczyny obecnego bólu. Zapisz także okres bez objawów.

Źródła: B4-2, B4-3

BONUS 4 • Listy kontrolne

Przegląd leków



Jak używać?

Zapisz aktualnie stosowane preparaty oraz źródło listy. Weryfikacja leczenia wymaga odpowiednich kompetencji i aktualnych danych.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Nazwa preparatu _____
- ☐ Sposób stosowania według osoby _____
- ☐ Ostatnia zmiana _____
- ☐ Preparaty bez recepty _____
- ☐ Suplementy _____
- ☐ Kto potwierdził listę? _____

Przykład edukacyjny

Przykład: osoba przynosi listę z apteki; dodatkowo zgłasza preparat bez recepty. Rozbieżność oznaczono do wyjaśnienia.



Sprawdź zapis

Nie zalecaj odstawiania leku na podstawie tej listy. W razie niejasności zapisz pytanie do osoby uprawnionej.

Źródła: B4-8

BONUS 4 • Listy kontrolne

Wywiad reakcji na leki



Jak używać?

Nie traktuj każdej niepożądanej reakcji jako potwierdzonej alergii. Zbierz opis, czas i dokumentację zdarzenia.

Sprawdź zapis

Nie rozstrzygaj mechanizmu z jednego zdania. Podejrzenie istotnej reakcji wymaga właściwej oceny przed decyzją o leczeniu.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Podejrzewany preparat _____
- ☐ Objawy i ich początek _____
- ☐ Okoliczności zdarzenia _____
- ☐ Udzielona pomoc _____
- ☐ Dostępna dokumentacja _____
- ☐ Status wyjaśnienia _____

Przykład edukacyjny

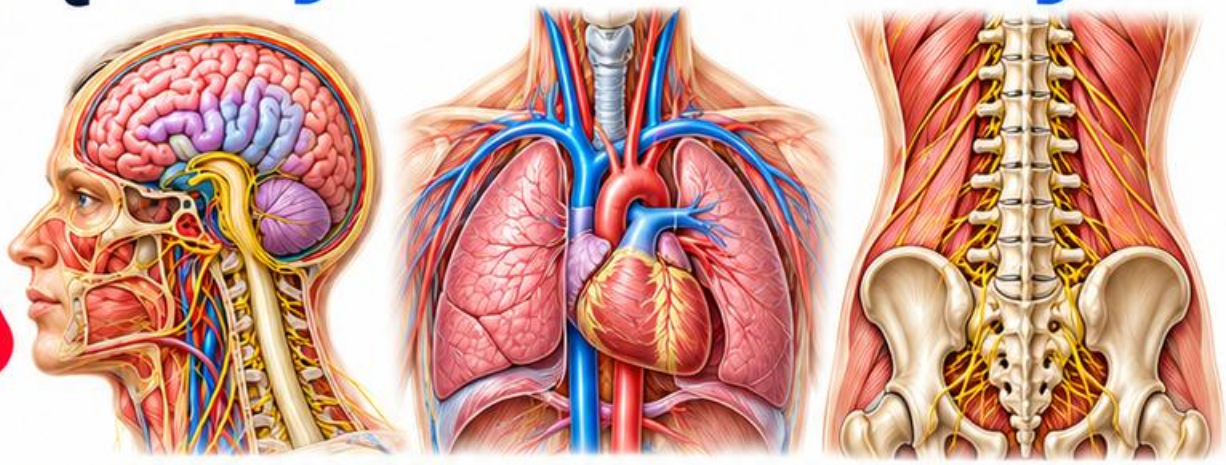
Przykład: „Po zastrzyku zemdlałam”. Zanotowano relację; rodzaj preparatu i mechanizm reakcji pozostają nieustalone.

Źródła: B4-7

BONUS 4 • Listy kontrolne

Przegląd objawów alarmowych





Jak używać?

Lista pomaga pamiętać o pilnych pytaniach, ale nie wyklucza wszystkich stanów nagłych. Nowe lub gwałtowne objawy wymagają oceny.

Przykład edukacyjny

Przykład: nowy ból lędźwi i zatrzymanie moczu; priorytetem jest pilna ocena medyczna, nie dopasowanie do mapy.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Nowy niedowład? _____
- ☐ Nowa zmiana czucia siodłowego? _____
- ☐ Nowe zaburzenie oddawania moczu? _____
- ☐ Nagły silny ból głowy? _____
- ☐ Ból w klatce lub duszność? _____
- ☐ Gorączka i pogorszenie stanu? _____

_____

_____

_____

_____

Sprawdź zapis

W zagrożeniu życia wezwij pomoc ratunkową.
Brak zaznaczonych pól nie potwierdza braku objawów ani bezpieczeństwa.

Źródła: B4-4, B4-5, B4-9, B4-10

BONUS 4 • Listy kontrolne

Granice uprawnień







Jak używać?

Przed planowaniem działań oddziel zakres własnych kwalifikacji od wiedzy uzyskanej z atlasu. Sprawdź obowiązujące zasady miejsca pracy.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Moje uprawnienia _____
- ☐ Zakres szkolenia _____
- ☐ Dostępne procedury _____
- ☐ Wymagany nadzór _____
- ☐ Potrzebna konsultacja _____
- ☐ Osoba odpowiedzialna _____

Przykład edukacyjny

Przykład: atlas pomaga powtórzyć splot; nie daje uprawnienia do wykonania blokady. Pytanie zabiegowe przekazano właściwemu specjaliście.

Sprawdź zapis

Nie utożsamiaj znajomości diagramu z kompetencją proceduralną. Zapisz powód przekazania sprawy i dalszy kontakt.

_____

_____

_____

_____

_____

Źródła: B4-3

BONUS 4 • Listy kontrolne

Zgoda i zrozumienie



Jak używać?

Rozmowa o zgodzie wymaga zrozumiałych informacji i możliwości zadania pytań. Sam podpis nie opisuje jakości tej rozmowy.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Cel proponowanego działania _____
- ☐ Możliwe korzyści _____
- ☐ Istotne ryzyka _____
- ☐ Alternatywy _____
- ☐ Pytania osoby _____
- ☐ Decyzja i dokumentacja _____

Przykład edukacyjny

Przykład: osoba wyjaśnia własnymi słowami, co zrozumiała. Niewyjaśnione pytanie zapisano przed dalszą decyzją.

Sprawdź zapis

Ta karta nie jest formularzem zgody na zabieg. Uwzględnij właściwe przepisy i sytuację konkretnej osoby.

Źródła: B4-1, B4-3

BONUS 4 • Listy kontrolne

Opis badania



Jak używać?

Notuj to, co rzeczywiście oceniono, wraz ze stroną i warunkami. Oddziel ograniczenie badania od nieprawidłowego wyniku.

Lista do uzupełnienia

- ☐ **Zakres oceny**
  _____
- ☐ **Strona ciała**
  _____
- ☐ **Warunki i pozycja**
  _____
- ☐ **Obserwowany wynik**
  _____
- ☐ **Ograniczenia oceny**
  _____
- ☐ **Interpretacja oddzielnie**
  _____

Przykład edukacyjny

Przykład: wyprost nadgarstka obserwowany; porównanie stron ograniczone bólem lewej ręki. Nie zapisano pewnego poziomu uszkodzenia.

Sprawdź zapis

Nie zamieniaj „nie oceniono” w „prawidłowe”. Czytelny zapis braku danych ułatwia zaplanowanie uzupełnienia.

Źródła: B4-3, B4-4

Mapa objawów



Jak używać?

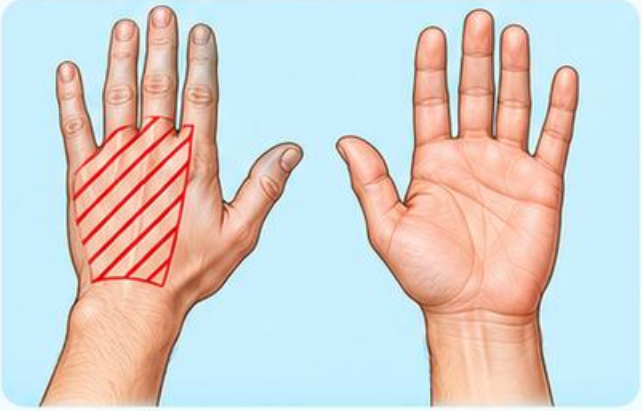
Zaznacz obszar zgłaszany przez osobę przed odniesieniem go do atlasu. Zachowaj własny opis miejsca i charakteru objawu.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Widok i strona _____
- ☐ Obszar objawu _____
- ☐ Ból czy zmiana czucia? _____
- ☐ Początek i zmienność _____
- ☐ Legenda oznaczeń _____
- ☐ Data i autor zapisu _____

Przykład edukacyjny

Przykład: zakreskowany grzbiet prawej dłoni; pieczenie wieczorem. Oznaczenie nie jest automatycznie granicą dermatomu.



Sprawdź zapis

Nie poprawiaj konturu osoby tylko po to, by pasował do schematu. Zachowaj rozbieżność jako informację.

Źródła: B4-2

BONUS 4 • Listy kontrolne

Cele i mierniki



Jak używać?

Ustal cel odnoszący się do ważnej czynności. Zapisz punkt wyjścia oraz sposób porównania zamiast obietnicy całkowitego ustąpienia objawów.

Przykład edukacyjny

Przykład: spacer obecnie 10 minut z przerwą; cel uzgodniony to 15 minut. Ten sam sposób zapisu przy ponownej ocenie.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Ważna czynność _____
- ☐ Stan wyjściowy _____
- ☐ Cel uzgodniony _____
- ☐ Sposób pomiaru _____
- ☐ Termin przeglądu _____
- ☐ Ograniczenia porównania _____

Sprawdź zapis

Poprawa liczby nie musi wyczerpywać doświadczenia osoby. Zestaw ją z funkcją, obciążeniem i oceną własną.

Źródła: B4-1, B4-2

BONUS 4 • Listy kontrolne

Plan konsultacji



Jak używać?

Wyjaśnij powód konsultacji i informację, którą trzeba przekazać. Pilność wynika z sytuacji klinicznej, nie z miejsca w kolejce notatek.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Powód przekazania _____
- ☐ Odbiorca informacji _____
- ☐ Pilność _____
- ☐ Najważniejsze ustalenia _____
- ☐ Brakujące dane _____
- ☐ Potwierdzenie dalszego kroku _____

Przykład edukacyjny

Przykład: narastająca słabość dłoni; prośba o ocenę neurologiczną z opisem początku, strony i dotychczasowych ustaleń.



Sprawdź zapis

Nie przekazuj jedynie etykiety „problem segmentarny". Opisz objawy i niepewność, aby odbiorca rozumiał pytanie.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Źródła: B4-1, B4-3, B4-4

BONUS 4 • Listy kontrolne

Rejestr zdarzeń niepożądanych



Lista do uzupełnienia

- ☐ Data i godzina _____
- ☐ Opis objawów _____
- ☐ Okoliczności _____
- ☐ Podjęte działania _____
- ☐ Osoby powiadomione _____
- ☐ Dalszy przebieg _____

Jak używać?

Zapis powinien umożliwiać odtworzenie faktów i podjętej pomocy. Rejestrowanie zdarzenia nie zastępuje natychmiastowego działania w sytuacji zagrożenia.

Przykład edukacyjny

Przykład: nagłe osłabienie podczas wizyty; opisano czas, reakcję zespołu i przekazanie do oceny. Mechanizm pozostawiono do wyjaśnienia.

Sprawdź zapis

Nie przypisuj przyczyny przed jej ustaleniem. Użyj faktów i aktualnej procedury zgłaszania w miejscu pracy.

Źródła: B4-3, B4-6

BONUS 4 • Listy kontrolne

Kontrola kompletności wizyty

Jak używać?

Na końcu sprawdź, czy zapis oddaje ustalenia i dalszy plan. Kompletność notatki nie oznacza pewności rozpoznania.



Sprawdź zapis

Nie ukrywaj braków pod ogólnym „bez zmian”. Jasno nazwij brakującą informację i sposób jej uzupełnienia.

Lista do uzupełnienia

- ☐ Powód spotkania zapisany? _____
- ☐ Dane i źródła rozdzielone? _____
- ☐ Ograniczenia wskazane? _____
- ☐ Decyzje zrozumiałe? _____
- ☐ Dalszy krok ustalony? _____
- ☐ Termin i odpowiedzialność znane? _____

Przykład edukacyjny

Przykład: lista leków pozostaje niepełna; wpisano osobę odpowiedzialną za wyjaśnienie i termin kontaktu zamiast pozostawić puste pole.



Źródła: B4-1, B4-3

Przykład wypełnionego zestawu

Jak używać?

Przypadek edukacyjny: Marta, 46 lat, księgowa z Poznania, opisuje okresowe drętwienie prawej dłoni. Celem przykładu jest organizacja informacji, nie rozpoznanie.



Lista do uzupełnienia

- ☐ **Temat:** drętwienie dłoni
- ☐ **Wpływ:** przerywany sen
- ☐ **Mapa:** obszar według relacji
- ☐ **Leki:** lista do potwierdzenia
- ☐ **Hipoteza:** wymaga oceny
- ☐ **Plan:** uzupełnienie i konsultacja

Przykład edukacyjny

Wniosek: brak pełnych danych o czuciu i funkcji. Nie wpisano pewnej radikulopatii ani związku z dawną blizną.

Sprawdź zapis

Porównaj przykład z własnym wzorem. Czy każdy wniosek ma podstawę, a każde brakujące pole ma dalszy krok?

Źródła: B4-1, B4-2

BONUS 4 • Listy kontrolne

Źródła i zakres stosowania

Komunikacja i cele

[B4-1] NICE NG197 — wspólne podejmowanie decyzji.

[B4-2] NICE NG193 — ocena bólu i funkcji.

[B4-3] Rzecznik Praw Pacjenta — informacja i zgoda.

Objawy wymagające oceny

[B4-4] NICE NG127 — objawy neurologiczne.

[B4-5] NICE CG150 — bóle głowy.

[B4-9] NICE CG95 — ból w klatce.

[B4-10] NICE NG125 — zakażenie rany.

Leki i zdarzenia

[B4-6] ASRA — toksyczność środków miejscowo znieczulających.

[B4-7] NICE CG183 — alergia na leki.

[B4-8] NICE CG76 — stosowanie leków.

Dostęp do źródeł

nice.org.uk/guidance

gov.pl/web/rpp

asra.com

Stan źródeł: 20.10.2026.

Zakres materiału

Wzory są autorskimi pomocami organizacyjnymi. Nie są oficjalnymi formularzami tych instytucji ani kompletnym protokołem klinicznym. Przykłady są fikcyjne.