

SUKUNIMI

ETUNIMI

SUKUPUOLI

IKÄ

PVM

## TAVOITE:

EAT-10 auttaa kartoittamaan nielemisvaikeuksia.  
Voi olla tärkeää, että keskustelet lääkärisi kanssa oireiden hoitovaihtoehdoista.

## A. OHJEET:

Vastaa kuhunkin kysymykseen merkitsemällä pisteet ruutuihin.  
Missä määrin koet seuraavia ongelmia?

### 1 Nielemisongelmani on aiheuttanut painon laskua.

0 = ei ongelmaa  
1  
2  
3  
4 = vakava ongelma

### 6 Nieleminen onkivuliasta.

0 = ei ongelmaa  
1  
2  
3  
4 = vakava ongelma

### 2 Nielemisongelmat vaikuttavat kykyyni käydä syömässä ulkona.

0 = ei ongelmaa  
1  
2  
3  
4 = vakava ongelma

### 7 Nieleminen vaikuttaa syömisestä syntyvään mielihyvään.

0 = ei ongelmaa  
1  
2  
3  
4 = vakava ongelma

### 3 Nesteiden nieleminen merkitsee ylimääräistä ponnistusta.

0 = ei ongelmaa  
1  
2  
3  
4 = vakava ongelma

### 8 Kun nielen, ruoka juuttuu kurkkuun.

0 = ei ongelmaa  
1  
2  
3  
4 = vakava ongelma

### 4 Kiinteän ruoan nieleminen merkitsee ylimääräistä ponnistusta.

0 = ei ongelmaa  
1  
2  
3  
4 = vakava ongelma

### 9 Yskin syödessäni.

0 = ei ongelmaa  
1  
2  
3  
4 = vakava ongelma

### 5 Tablettien nieleminen merkitsee ylimääräistä ponnistusta.

0 = ei ongelmaa  
1  
2  
3  
4 = vakava ongelma

### 10 Nieleminen aiheuttaa stressiä.

0 = ei ongelmaa  
1  
2  
3  
4 = vakava ongelma

## B. TULOS

Laske pisteiden määrä yhteen ja kirjoita kokonaistulos ruutuihin.

**Kokonaistulos** (enint. 40 pistettä)

## C. MITEN MENETELLÄ SEURAAVAKSI:

Jos EAT-10-tulos on 3 tai suurempi, turvallinen ja tehokas nieleminen saattaa olla sinulle ongelma. Suosittelemme, että keskustelet EAT-10-tuloksista lääkärin kanssa.

**Viite:** EAT-10:n pätevyys ja luotettavuus on määritelty.

Belafsky PC, Mouadeb DA, Rees CJ, Pryor JC, Postma GN, Allen J, Leonard RJ. Validity and Reliability of the Eating Assessment Tool (EAT-10). Annals of Otolaryngology