Podklady pro lékaře

Připraveno pacientem v bezplatné Aktivní čekárně na e-psychiatrie.cz

UKÁZKA — vymyšlený pacient a vymyšlené údaje. Takto vypadají Podklady pro lékaře, které si v Aktivní čekárně zdarma připravíte sami.

Pacient	Pavel Vzorový
Termín	1. 12. 2026
Vytvořeno	17. 11. 2026

Tento dokument neobsahuje posouzení lékaře. Jsou v něm jen údaje, které pacient sám vyplnil: výsledky sebeposuzovacích dotazníků, vlastní zápisy a poznámky. Výsledky dotazníků nejsou diagnóza.

Poznámky pacienta

Co mě trápí a od kdy

Asi od srpna špatně spím — usnu, ale kolem třetí ráno se budím a už nezaberu. Přes den jsem unavený, nic mě moc nebaví a v práci se hůř soustředím. Poslední dva měsíce se vyhýbám kamarádům. Začalo to po rozchodu a po změně vedoucího v práci.

Léky, které užívám

Žádné léky na předpis. Asi dvakrát týdně hořčík a bylinný čaj na spaní.

Na co se chci zeptat

Jde o depresi, nebo jen o vyčerpání? Musel bych brát léky, a jak dlouho? Mohu při léčbě řídit auto? Pomohla by mi psychoterapie?

Dotazníky v čase

Sebeposuzovací dotazníky vyplněné pacientem. Pásmo je orientační výklad skóre podle zveřejněných hranic, ne diagnóza.

Dotazník deprese (PHQ-9)

Datum	Skóre	Orientační pásmo
20. 10. 2026	15 z 27	Středně těžká deprese
17. 11. 2026	12 z 27	Střední deprese

Změna mezi prvním a posledním uvedeným měřením: −3 body, zlepšení — pod hranicí klinicky významné změny (5 b.).

Dotazník úzkosti (GAD-7)

Datum	Skóre	Orientační pásmo
20. 10. 2026	11 z 21	Střední úzkost
17. 11. 2026	9 z 21	Mírná úzkost

Změna mezi prvním a posledním uvedeným měřením: −2 body, zlepšení — pod hranicí klinicky významné změny (4 b.).

Index duševní pohody (WHO-5)

Datum	Skóre	Orientační pásmo
20. 10. 2026	7 z 25	Výrazně snížená pohoda (28 %)
17. 11. 2026	10 z 25	Snížená pohoda (40 %)

Změna mezi prvním a posledním uvedeným měřením: +3 body, zlepšení — klinicky významná změna (≥ 3 b.).

Dotazník užívání alkoholu (AUDIT)

Datum	Skóre	Orientační pásmo
20. 10. 2026	9 z 40	Rizikové pití

Nálada a spánek — poslední čtyři týdny

Vlastní denní zápisy pacienta: nálada na stupnici 1–10 (10 = nejlepší), spánek v hodinách. Uvedeny jsou týdenní průměry.

Týden	Zapsaných dnů	Průměrná nálada	Průměrný spánek
21. 10. – 27. 10. 2026	5 ze 7	5 z 10	6,2 h
28. 10. – 3. 11. 2026	6 ze 7	6 z 10	6,8 h
4. 11. – 10. 11. 2026	6 ze 7	7 z 10	7,2 h
11. 11. – 17. 11. 2026	6 ze 7	7,2 z 10	7,3 h

Alkohol — vlastní zápisy

Čtyřtýdenní program Přehled o alkoholu: pacient si denně zapisoval vypité nápoje, přepočteno na gramy čistého alkoholu.

Program 20. 10. 2026 – 16. 11. 2026. AUDIT při zahájení programu: 9 bodů ze 40 (rizikové pití).

Týden	Zapsaných dnů	Alkohol celkem	Dny bez alkoholu	Dny nad 20 g
1. týden	7 ze 7	256 g	1	4
2. týden	7 ze 7	219 g	2	4
3. týden	7 ze 7	140 g	2	2
4. týden	7 ze 7	100 g	3	1

Zapsaných dní: 28 z 28 · dny bez alkoholu: 8 · dny nad 20 g: 11 (z toho s vysokým rizikem: 1) · celkem 715 g alkoholu. Ve 4. týdnu o 156 g alkoholu méně než v 1. týdnu, dnů bez alkoholu o 2 víc.

UKÁZKA — vymyšlený pacient a vymyšlené údaje. Skutečné podklady si pacient připravuje sám a neobsahují posouzení lékaře.

V krizi: Linka první psychické pomoci 116 123 (zdarma, nepřetržitě), tísňová linka 112.