

PBAC – Pictural Bleeding Assessment Tool - vizuālais asiņošanas novērtēšanas rīks

Katra rindiņa attiecas uz vienu mēneša dienu.

Saskaitiet, cik sanitāros līdzekļus (paketes un/vai tamponus) jūs izmantojat katru dienu (24 stundu laikā).

Izrēķiniet rezultātu katru dienu rindiņas beigās, tad saskaitiet kopējo rezultātu mēneša beigās.







Asiņošana starp mēnešreizēm – ja jūs piedzīvojat tādu asiņošanu, kur nepieciešams lietot sanitāros līdzekļus, laikā starp mēnešreizēm, lūdzu pierakstiet attiecīgajās dienās.

Recekļi – ja jums veidojas asins recekļi, lūdzu norādiet tos pie attiecīgajām dienām pēc aptuvenā izmēra (piemēram, vai tie ir līdzīgāki 10 euro centu monētai vai lielāki par 2 euro monētām).

Pludošana – ja jūs piedzīvojat jebkādas epizodes, ko var nosaukt par pludošanu/stipru tecēšanu/apgērba vai apakšveļas smērēšanos, lūdzu norādiet epizožu skaitu pie attiecīgās dienas.

Dubulta aizsardzība – ja jūs kādreiz esat izmantojusi gan paketes, gan tamponus vienlaicīgi un tie abi vienlaicīgi bija sasmērējušies ar asinīm, lūdzu neaizmirstiet norādīt abus sanitāros līdzekļus attiecīgā PBAC laukā.

PBAC vērtēšanas skala

Paketes		
1 punkts	Par katru nedaudz piesūkušos paketi	
5 punkti	Par katru vidēji piesūkušos paketi	
20 punkti	Par katru pilnībā piesūkušos paketi	
Tamponi		
1 punkts	Par katru nedaudz piesūkušos tamponu	
5 punkti	Par katru vidēji piesūkušos tamponu	
10 punkti	Par katru pilnībā piesūkušos tamponu	
Recekļi/pludošana		
1 punkts	Par katru nelielu recekli	10 euro centu monētas izmērā
5 punkti	Par katru lielu recekli	lielāks par 2 euro monētu
5 punkti	Par katru pludošanas epizodi	

