

ДЛЯ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ, ОРДИНАТОРОВ И СТАНЦИИ ОСКЭ

Сбор анамнеза за 10 минут

Шесть шагов по порядку. Отмечайте пункты, пока не станет автоматизмом: чаще всего теряют не сложное, а очевидное — аллергию, лекарства и резюме.

Контакт и паспортная часть

1

- ☐ поздоровался, назвал имя и роль
- ☐ объяснил цель и время, получил согласие
- ☐ уточнил, как обращаться к пациенту
- ☐ возраст, профессия, место работы

«Здравствуйте, я Анна, студентка 5 курса. Мне нужно расспросить вас о самочувствии — это около 10 минут. Как к вам обращаться?»

Жалобы

2

- ☐ открытый вопрос — и дал договорить
- ☐ выделил главную жалобу и дополнительные
- ☐ детализировал главную (для боли — OPQRST ниже)
- ☐ спросил о сопутствующих: лихорадка, слабость, вес, стул, мочеиспускание

«Что вас беспокоит? Расскажите подробнее...»

История заболевания anamnesis morbi

3

- ☐ когда и как началось, что было первым
- ☐ как менялось: лучше, хуже, волнообразно
- ☐ куда обращался, какие обследования уже есть
- ☐ чем лечился и помогло ли
- ☐ почему пришёл именно сегодня

История жизни anamnesis vitae

4

- ☐ болезни, операции, травмы, гемотрансфузии
- ☐ **аллергия** — на что и какая была реакция
- ☐ **все лекарства**, включая безрецептурные, контрацептивы, БАДы
- ☐ курение (индекс пачко-лет), алкоголь, вещества
- ☐ наследственность, работа и быт, эпиданамнез, у женщин — гинекологический

Опрос по системам

5

- ☐ дыхательная и сердечно-сосудистая
- ☐ пищеварительная и мочевыделительная
- ☐ нервная, эндокринная, опорно-двигательная, кожа

«Я задам несколько коротких вопросов по остальным органам — так мы ничего не упустим».

Резюме и ожидания (ICE)

6

- ☐ **Ideas** — что сам думает о причине
 - ☐ **Concerns** — чего опасается
 - ☐ **Expectations** — чего ждёт от визита
 - ☐ пересказал услышанное и спросил, что упустил
- «Правильно ли я понял...? Есть ли что-то ещё, о чём я не спросил?»

OPQRST — детализация боли

O

ONSET

начало: внезапно или постепенно, при каких обстоятельствах

P

PROVOCATION

что усиливает и что облегчает: еда, нагрузка, поза, лекарства

Q

QUALITY

характер: давит, жжёт, колет, режет, схватки

R

REGION

где болит и куда отдаёт (попросите показать)

S

SEVERITY

сила от 0 до 10, мешает ли спать и работать

T

TIME

длительность, частота, динамика, время суток

Хронометраж: как уложиться в 10 минут

1'

контакт

3'

жалобы и детализация главной

2'

история заболевания

2'

история жизни

1'

системы

1'

резюме

Больше всего времени — на жалобы: именно там прячется диагноз. Опрос по системам — коротко, закрытыми вопросами.



«Красные флаги»: когда расспрос прерывают ради срочных действий

Если ответ на вопрос из этого списка — «да», сначала оцените состояние и угрозу жизни, детали анамнеза соберёте потом.

▲ Боль в груди

- давящая боль в покое дольше 15–20 минут, впервые возникшая или нарастающая
- отдаёт в руку, шею, челюсть; холодный пот, одышка
- «разрывающая» боль с отдачей в спину, разница АД на руках
- обморок, внезапная одышка, отёк одной ноги

▲ Головная боль

- внезапная, «самая сильная в жизни»
- с лихорадкой и ригидностью затылочных мышц
- со слабостью в конечностях, нарушением речи или зрения
- впервые после 50 лет, после травмы, при онкологии или иммуносупрессии

▲ Боль в животе

- внезапная, очень сильная, «доскообразный» живот
- рвота кровью или «кофейной гущей», чёрный стул
- нет стула и газов, многократная рвота
- обморок; у женщин — задержка менструации

▲ Диспепсия, изжога

- затруднение или боль при глотании
- похудение без причины, анемия
- упорная рвота, признаки кровотечения
- впервые возникшие симптомы в старшем возрасте

▲ Боль в спине

- онкология в анамнезе, похудение, лихорадка
- боль в покое и ночью, впервые после 50 лет
- онемение в промежности, задержка мочи
- нарастающая слабость в ногах, травма

▲ Кашель и одышка

- кровохарканье, особенно у курильщика
- похудение, ночные поты, кашель дольше 3 недель
- одышка в покое, не может договорить фразу
- боль в груди при вдохе, отёк одной ноги

Что забывают чаще всего

- ☐ реакцию при аллергии — «сыпь» и «отёк гортани» ведут к разным решениям
- ☐ безрецептурные обезболивающие (НПВП), контрацептивы, БАДы
- ☐ курение в цифрах: пачко-лет = сигарет в день ÷ 20 × годы курения
- ☐ эпиданамнез: поездки, контакты, животные
- ☐ вопрос «чего вы опасаетесь?»
- ☐ резюме в конце приёма

Фразы, которые помогают

ОТКРЫТЬ	«Расскажите, что вас привело сегодня?»
НЕ ПЕРЕБИТЬ	«Так... продолжайте».
ПЕРЕХОД	«Теперь несколько вопросов о вашем здоровье в целом».
ДЕЛИКАТНОЕ	«Эти вопросы я задаю всем пациентам...»
РЕЗЮМЕ	«Давайте я перескажу, а вы поправите меня».
ЗАКРЫТЬ	«Что ещё мне важно знать?»

Проверка себя: после расспроса вы должны уметь одной фразой назвать ведущий синдром и 3–5 причин, которые его объясняют, — начиная с опасных.

