

HEALTH MAINTENANCE CHECKLIST: CONSIDERATIONS AT ANNUAL EVALUATIONS

GENERAL

- Solicit feedback from patient as to accessibility
- Flexible appointment scheduling (i.e., later day, longer appointment, need for personal support)

GENERAL PREVENTIVE CARE

- Vaccinations (tetanus; influenza; consider pneumococcal and HPV)
- Cancer screening: breast, cervical and colorectal cancer (per authoritative guidelines)
- Measure weight, height/length; adjust body mass index for SCI (obesity surrogate: BMI $\geq 22 \text{ kg/m}^2$)
- Measure vital signs
- Depression screen with the PHQ-2, if score >3 complete the PHQ-9
- Assess cardiometabolic risk factors (per authoritative guidelines)
- Encourage adoption of heart healthy diet and exercise ≥ 150 minutes/week

SCI-SPECIFIC FREQUENT HEALTH COMPLICATIONS

Genitourinary

- Review bladder care/program: method (i.e. intermittent catheterization/indwelling), effectiveness/satisfaction with management, complications (i.e. UTI, stones, incontinence), medications
- Assure regular follow up with Urology

Gastrointestinal

- Review bowel program: effectiveness, time, diet, oral medication, rectal interventions, complications
- Autonomic Dysreflexia (in individuals with injuries at T6 spinal cord segment and above)
- Assess for triggers and episodes of autonomic dysreflexia (AD) e.g. bladder, bowel, skin
- Consider an AD home kit

Spasticity

- Review efficacy of pharmacological and nonpharmacological interventions for spasticity
- Monitor liver function tests if on tizanidine or dantrolene

Pulmonary

- Surveillance for signs/symptoms of sleep-disordered breathing

Bone Health

- DXA at 1- to 2-year intervals
- Consider physical modalities (e.g. ambulation, functional electrical stimulation) and pharmacologic management for bone health

Skin

- Full skin examination and assess risk factors for skin breakdown

Mobility Aids

- Determine age and wear/tear of wheelchair and cushion
- Include wheelchair fit in the differential for acute and chronic health concerns (e.g. pressure injury, shoulder pain)
- Periodic seating evaluation (consider referral to PT/OT)

Musculoskeletal

- Screen for overuse injuries (i.e. shoulder, elbow, wrist)

Pain

- Assess for type (neuropathic, nociceptive), interference in life/function, management

Sexual and Reproductive Health

- Assess satisfaction, barriers and if fertility desired

Support/Resources

- Assess attendant care and social support

ADDITIONAL CONSIDERATIONS FOR CHILDREN

- Ensure well child care milestones are met
- Begin planning transition of care for adolescence to adult care

LISTA DE CONTROL DE MANTENIMIENTO DE SALUD: CONSIDERACIONES EN LAS EVALUACIONES ANUALES
GENERAL
<input type="checkbox"/> Solicitar comentarios del paciente en cuanto a accesibilidad <input type="checkbox"/> Programación de citas flexible (es decir, más tarde, citas más largas, necesidad de apoyo personal)
CUIDADO PREVENTIVO GENERAL
<input type="checkbox"/> Vacunas (tétanos; influenza; considerar neumococo y VPH) <input type="checkbox"/> Examen de detección de cáncer: cáncer de mama, cuello uterino y colorrectal (según las guías autorizadas) <input type="checkbox"/> Medir peso, altura / longitud; ajustar el índice de masa corporal para LME (sustituto de obesidad: IMC ≥ 22 kg / m ²) <input type="checkbox"/> Medir los signos vitales <input type="checkbox"/> Evaluar depresión con el PHQ-2, si la puntuación es >3, completar el PHQ-9 <input type="checkbox"/> Evaluar los factores de riesgo cardiometabólicos (según las guías autorizadas) <input type="checkbox"/> Fomentar la adopción de una dieta saludable para el corazón y ejercicio ≥ 150 minutos / semana
COMPLICACIONES MÉDICAS FRECUENTES ESPECÍFICAS PARA LME
<u>Genitourinario</u>
<input type="checkbox"/> Revisar el cuidado/ programa de la vejiga: método (es decir, cateterismo/sonda permanente), efectividad/satisfacción con el manejo, complicaciones (es decir, ITU, cálculos, incontinencia), medicamentos <input type="checkbox"/> Asegurar un seguimiento regular con Urología
<u>Gastrointestinal</u>
<input type="checkbox"/> Revisar el programa intestinal: efectividad, tiempo, dieta, medicación oral, intervenciones rectales, complicaciones <u>Disreflexia autonómica</u> (en personas con lesiones medulares a nivel T6 y superior) <input type="checkbox"/> Evaluar los desencadenantes y episodios de disreflexia autónoma (DA), p. ej. vejiga, intestino, piel <input type="checkbox"/> Considere un kit de DA para el hogar
<u>Espasticidad</u>
<input type="checkbox"/> Revisar la eficacia de las intervenciones farmacológicas y no farmacológicas para la espasticidad <input type="checkbox"/> Realizar las pruebas de función hepática si toma tizanidina o dantroleno
<u>Pulmonar</u>
<input type="checkbox"/> Vigilancia de signos / síntomas de trastornos respiratorios del sueño
<u>Salud Ósea</u>
<input type="checkbox"/> DXA en intervalos de 1 a 2 años <input type="checkbox"/> Considerar las modalidades físicas (p. ej., deambulación, estimulación eléctrica funcional) y el manejo farmacológico para la salud ósea
<u>Piel</u>
<input type="checkbox"/> Examen completo de la piel y evaluación de los factores de riesgo de rotura de la piel
<u>Ayudas de movilidad</u>
<input type="checkbox"/> Determinar la edad y el desgaste de la silla de ruedas y el cojín <input type="checkbox"/> Incluir el ajuste de la silla de ruedas en el diagnóstico diferencial para problemas de salud agudos y crónicos (p. ej., lesiones por presión, dolor de hombro) <input type="checkbox"/> Evaluación periódica del posicionamiento (considere la derivación a TF/ TO)
<u>Musculoesquelético</u>
<input type="checkbox"/> Detectar lesiones por sobreuso (es decir, hombro, codo, muñeca)
<u>Dolor</u>
<input type="checkbox"/> Evaluar por tipo (neuropático, nociceptivo), interferencia en la vida / función, manejo
<u>Salud sexual y reproductiva</u>
<input type="checkbox"/> Evaluar satisfacción, barreras y si se desea fertilidad
<u>Apoyos/Recursos</u>
<input type="checkbox"/> Evaluar la atención del asistente y el apoyo social
CONSIDERACIONES ADICIONALES PARA NIÑOS
<input type="checkbox"/> Asegurar que se cumplan los hitos del cuidado del niño sano <input type="checkbox"/> Comenzar a planificar la transición de la atención de la adolescencia a la atención de adultos