**Praktické rady a postupy při kognitivním testování**

*prof. MUDr. Aleš Bartoš, Ph.D.*

*Neurologická klinika, Univerzita Karlova, 3. lékařská fakulta, Fakultní nemocnice Královské Vinohrady, Praha*

Pro testování je třeba zajistit co nejlepší podmínky. To samozřejmě neznamená, že budeme pacientovi napovídat nebo naznačovat správnou odpověď.

Administrátor by měl zajistit klidné a příjemné místo. Testování by mělo probíhat v tiché a dobře osvětlené místnosti, nejlépe bez přítomnosti dalších osob. Optimální je zajistit, aby vyšetření nebylo rušeno. To znamená před testováním vyvěsit nebo lépe vypojit telefon, přepnout mobilní telefony na tichý režim nebo zavřít okna před případným hlukem zvenčí. Nevhodné je přijímání hovorů z pevné linky v průběhu vyšetření. Celé testování by mělo být vedeno v duchu **přátelského a rovnocenného postavení vůči klientovi**.

Administrátor by měl být dobře připraven na testování předem a nastudovat si pokyny v návodu k příslušnému testu. Je vhodné získat první zkušenosti při vyšetřování známých a příbuzných. Při samotném testování není možné prohledávat návod zejména z časových důvodů.

Před testováním je vhodné podat nápoj a domluvit se na možnosti použití toalety.

1. **Příjemné a vlídné přivítání** se s pacientem/klientem je základem vybudování si důvěrného vztahu, na kterém je založen další úspěšný průběh vyšetření. Před vyšetřením vysvětlete, že budete vyšetřovat paměť a další duševní funkce, např. „Mohu Vám vyšetřit paměť?“.
2. Než začnete testovat, ubezpečte se, **zda senior dobře vidí a jeho sluch je vpořádku**. Vyzvěte, aby si nasadil brýle: „Pokud potřebujete brýle na čtení, nasaďte si je“. Pro případ jejich zapomenutí je výhodné mít v ordinaci připraveno několik náhradních brýlí s různými dioptriemi. Světlo v místnosti musí být dostatečné. U starších osob předpokládáme určitý pokles zraku. Zrakové funkce můžeme jednoduše vyšetřit následující zkouškou zraku.

**JAK RYCHLE VYŠETŘIT ZRAK?** Podejte tento pokyn:„**Přečtěte tyto znaky** C 5 H 3 .“

1. Zhruba od 50 let dochází také k postupnému poklesu sluchu. Na začátku testování se zeptáme: „Slyšíte mě dobře a zřetelně, když na Vás mluvím? Pokud ne, řekněte mi a já budu mluvit hlasitěji.“ Některé osoby působí, že neslyší nebo to sdělují příbuzní. **Otestovat sluch** v ordinaci si můžeme poměrně snadným způsobem. Odlišit poruchu sluchu od senzorické afázie (nerozumí) lze provést tak, že pacienta necháme opakovat jednoduchá trojciferná čísla, nejdříve vyslovovaná nahlas a pak šeptem bez možnosti zrakového odezírání. Toto není intelektově náročný požadavek, který ale snadno prověří sluch. Jestliže zvládne opakovat i šeptaná slova, nejspíše má sluch dostatečný pro testování. Když při dobrém opakování šeptaných čísel nerozumí, nevykonává pokyn, neodpovídá, může se tak spíše projevovat kognitivní porucha. Nejedná se tedy o hypakuzi, jak se někdy mylně vykládá kognitivní neschopnost vyšetřované osoby. Pokud zjistíme sluchové problémy, nesmíme po celou dobu testování na tuto skutečnost zapomenout a průběžně se ptát, zda hovoříme dostatečně nahlas.

**JAK RYCHLE VYŠETŘIT SLUCH?** Se zakrytou rukou před ústy nechte osobu zopakovat tři trojciferná čísla, která vyslovíte normálně **nahlas** a potom **šeptem**: 941-726-583

1. Dobře slyšet instrukci je předpokladem dalšího testování a pochopení instrukce. Při vysvětlování instrukcí k jednotlivým testům je nutné postupovat relativně pomalu a nechávat pauzy mezi větami, aby osoba měla čas nové informace zpracovat. Ještě pomalejší tempo volíme u pacientů s bradypsychismem. **Hovoříme zřetelně a nahlas**. Je nutné, aby senior dobře instrukci správně pochopil ještě před zahájením testování určitou metodou. Ptáme se opakovaně na to, zda testovaná osoba chápe zadaný úkol. Pochopení je možné ověřit tak, že senior svými vlastními slovy převypráví celou instrukci. Při nepochopení instrukce je rizikem to, že testem měříme zcela něco jiného, než byl jeho původní záměr.
2. Při samotném testování zachovejte neutrální postoj, nenaznačujte, nenapovídejte, nepomáhejte pacientovi.
3. Dodržujte přesné pokyny k jednotlivým úkolům. U časovaných úloh si připravte předem stopky nebo mobil k odměření času.
4. Před zahájením testování srozumitelně **vysvětlíme jeho průběh a cíl.** Snažíme se dostatečně motivovat a povzbuzovat. Na konci testování je vhodné provést shrnující vyhodnocení celého testování a výkonu vyšetřované osoby.
5. Vyšetření kognitivních funkcí může být doplněno dotazníky. Po vyplnění dotazníků je nutné vždy **zkontrolovat kompletní vyplnění všech údajů**. Občas se stává, že osoby nevyplní jednu odpověď, a tím je celý dotazník znehodnocený.
6. V průběhu vyšetření si pečlivě zaznamenáváme **poznámky o testové situaci** a chování seniora (např. nedávno po viróze, bolest hlavy, nevyspalost, viditelná únava, smrkání v časových zkouškách, bolestivost kloubů, snížená pohyblivost ruky po zlomenině, aktuální osobní problémy doma, horké počasí a horko v místnosti atd.).

Vyzkoušejte naše inovativní a původní české **testy ALBA a POBAV**


