**Bijlage1 : Functionele gezondheidspatronen van M. Gordon**

1 Patroon van gezondheidsbeleving en -in­stand­hou­ding

Beschrijft wat de cliënt van zijn ge­zondheid en wel­bevin­den vindt en hoe hij voor zijn gezond­heid

zorgt. Het gaat dus om de ma­nier waarop de cliënt zijn gezond­heid be­leeft en de relevan­tie daarvan voor zijn huidige en toe­kom­stige activitei­ten. Inbegrepen is ook het algemene gezond­heidsgedrag zoals gezondheidsbevorderende acti­vi­teiten , preven­tieve maatre­gelen voor de gees­telijke en de licha­melijke gezond­heid, het opvolgen van medische en ver­pleeg­kundige voor­schrif­ten en de me­dewerking aan na­zorg.

## 2 Voeding en stofwisselingspatroon

Beschrijft de opname van vocht en voedsel in ver­houding tot de fysiologi­sche behoef­ten, en de indi­catoren op basis waarvan men overgaat tot plaat­selijke voedingstoedie­ning. Inbe­gre­pen zijn indivi­du­ele eet- en drink­pa­tronen, de da­gelijk­se eettijden, soorten en voedselvoorkeuren en het gebruik van voe­dings- en vitamine­sup­plementen. Ook even­tuele huiddefecten en het vermogen tot gene­zing hiervan vallen onder dit patroon, waaronder ook de toe­stand van de huid, haren, nagels, slijm­vlie­zen en gebit, en even­eens li­chaamstemperatuur, leng­te en ge­wicht.

3 Uitscheidingspatroon

Beschrijft de uitscheidingsfunctie van dar­men, blaas en huid. As­pecten zijn tijdstippen, fre­quen­tie, regel­maat, be­paalde rituelen en ge­woontes en het ge­bruik van laxan­tia of andere midde­len om de ontlas­ting op te wek­ken. Be­schrijft ook eventuele ver­an­derin­gen of proble­men van de uit­scheiding. Ook even­tuele hulp­middelen (katheter, plas­wek­ker, sto­ma-artikelen) vallen onder dit patroon. Ook de ma­nier waarop een gezin of buurt met (huis)af­val om­gaat kan van belang zijn.

4 Activiteitenpatroon

Beschrijft het geheel van lichaamsbe­weging, activi­teiten en ontspan­ning. Dit omvat de activitei­ten van het dage­lijks leven zoals hy­giëne, koken, bood­schap­pen doen en het doen van de huishou­ding dat ener­gie kost. Omvat ook de aard, kwaliteit en kwanti­teit van de lichaams­be­we­ging, inclusief sportbe­oefening en fac­to­ren die een belem­me­ring vormen voor de ge­wens­te of ver­wachte indivi­duele patro­nen (zoals neuromuscu­laire functie­stoor­nis­sen, be­nauwd­heid, angina of spier­krampen bij in­spanning) worden even­eens bij dit onderdeel opgete­kend. Tot slot maken de vrijetijdsbeste­ding en alle recrea­tieve ac­tiviteiten,die de cliënt alleen of met anderen onder­neemt, deel uit van dit pa­troon. De nadruk ligt op de ac­tivi­tei­ten die van groot belang zijn voor de cliënt.

5 Slaap-rust patroon

Beschrijft het patroon van slaap, rust en ont­span­ning verspreid over dag en nacht. Inbe­grepen zijn ook de subjec­tieve bele­ving van de kwaliteit en kwanti­teit van slaap en rust en de hoeveel­heid ener­gie die dit oplevert. Ook even­tuele hulpmiddelen(slaapmid­delen) of be­paal­de ge­woonten voor het slapen gaan val­len hieronder.

6 Waarneming en cognitiepatroon

Beschrijft de zintuiglijke waarneming en denk­patro­nen. Inbegrepen zijn de kwali­teit van zien, horen, ruiken, proeven en eventuele compensatieme­chanis­men of prothesen. Ook de pijn­bele­ving en omgang met pijn vallen onder dit pa­troon. Tevens bevat het het taal­vermogen, oordeels­ver­mogen en de besluit­vorming.

7 Zelfbelevingspatroon

Hoe ziet de patiënt zichzelf? Het gaat om de ideeën over de eigen persoon, de beleving van de eigen vaardigheden, het zelfbeeld, de iden­titeit, het gevoel van eigenwaarde, en het algemene patroon van emoties. Ook de li­chaams­houding, motoriek, oog­contact, stem en spraak maken deel uit van dit pa­troon.

8 Rollen en relatiepatroon

Dit omvat de belangrijkste rollen en verant­woorde­lijkheden van de cliënt in zijn huidige levens­si­tuatie, en zijn fa­milie-, gezins, werk - en sociale relaties met bijbhorende verant­woor­delijkhe­den. Verder horen ertoe de sub­jectieve bele­ving van de rollen en rela­ties, de tevreden­heid van de cliënt en eventue­le ver­storing van dit patroon.

9 Seksualiteit, voortplantingspatroon

Dit omvat de seksuele relaties, seksue­le bele­ving en het voortplantingspa­troon, maar ook de mate van (on)tevredenheid hiermee en de even­tuele subjec­tieve problemen. Bij de vrouw zijn de vrucht­baar­heid, maturi­teitsfase (premenopauze, overgang, postmeno­pauze) en eventuele daarbij betrok­ken problemen an van belang.

10 Stressverwerkingspatroon

Dit omvat de manier waarop iemand in het algemeen met problemen en stress om­springt en de effectiviteit ervan. Inbegrepen zijn: het vermogen persoon­lijke crises te doorstaan, het mechanis­me om iets (problemen) het hoofd te bieden (coping) steun van familie en anderen, en het subjectief vermogen om con­trole op de situatie uit te oefe­nen.

11 Waarden, overtuigingspatroon

Dit omvat de waarden, normen, doel­stellin­gen en overtuigingen waar­op iemand zijn keuze en beslissingen baseert. Inbegrepen is dus wat iemand belangrijk acht in het leven en of be­paalde waarden, over­tuigingen of verwachtingen botsen met de ge­zond­heidstoe­stand.