

Einkennalisti GynaMEDICA

Greining breytingaskeiðs byggist fyrst og fremst á einkennum.

Þennan lista er hægt að nota til að fylgjast með þróun einkenna hjá hverjum og einum. Gott er að fara yfir þennan lista reglulega til að fylgjast með breytingum sem verða með tímanum eða í tengslum við meðferð.

Merktu við hversu mikið þú finnur fyrir eftirfarandi einkennum og leggðu stigin saman. Endurtaktu á mismunandi tímum tíðahrings, eftir nokkrar vikur eða eftir að meðferð er hafin til þess að fylgjast með framgangi.



Einkenni...	Ekkert (0)	Lítið (1)	Meðal (2)	Mikið (3)	Athugasemdir
Hjartsláttarónót <small>*Hraður, harður, eða óreglulegur hjartsláttur.</small>					
Yfirspenna / Taugaóstyrk					
Svefnvandamál <small>*Erfitt að sofa, vakna endurtekið yfir nóttina, vakna snemma.</small>					
Minnisleysi / minniserfiðleikar					
Kvíði eða kvíðaköst					
Einbeitingar-erfiðleikar					
Þreyta og orkuleysi					
Áhugaleysi					
Depurð / Leiði					
Grátgirni					
Píringur					
Svimi					
Þrýstingur í höfði					
Höfuðverkur					
Eyrnasuð (tinnitus)					
Vöðva- og liðverkir					
Doði/náladofi í líkamanum					
Andþyngsli					
Hítakóf					
Nætursviti					
Minnkuð kynhvöt					
Óþægindi við þvaglát <small>*Tíð þvaglát, þvagleki, endurteknar þvagfærasykingar.</small>					
Leggangapurkur					
Leggðu saman stigin...	=				

Dagsetning: _____