

ದಯವಿಟ್ಟು ಪ್ರತಿ ಹೇಳಿಕೆಯ ಬಲಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಸಿ.

- | | | | | | |
|---|-------------|----------|-----------|--------|---------|
| 1. ನಾನು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗ ನನಗೆ ನವೀಕರಣಗೊಳ್ಳದ ಹಾಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |
| 2. ನನ್ನ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಮತ್ತು ಸೆಳೆತದಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |
| 3. ನನಗೆ ಆತಂಕದ ಆಘಾತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವ ಕಾಯಿಲೆ ಇದೆ. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |
| 4. ನಾನು ನನ್ನ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಅರೆಯುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಕಚ್ಚುತ್ತೇನೆ. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |
| 5. ನನಗೆ ಅತಿಸಾರಾ ಮತ್ತು ಮಲಬದ್ಧತೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿವೆ. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |
| 6. ನನ್ನ ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ನನಗೆ ಅನ್ಯರ ಸಹಾಯ ಬೇಕು. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |
| 7. ನಾನು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಬೆಳಕಿಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮನಿದ್ದೇನೆ. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |
| 8. ನಾನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಸಕ್ರಿಯವಾದಾಗ ತುಂಬಾ ಸುಲಭವಾಗಿ ದಣಿಯುತ್ತೇನೆ. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |
| 9. ನನ್ನ ದೇಹದಾದ್ಯಂತ ನಾನು ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |
| 10. ನನಗೆ ತಲೆನೋವು ಇದೆ. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |
| 11. ನಾನು ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜಿಸುವಾಗ ಉರಿ ಅನುಭವಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಮೂತ್ರ ಕೋಶದ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯನ್ನು ಕೂಡ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |
| 12. ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿದ್ರಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. | ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ | ವಿರಳವಾಗಿ | ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ | ಪದೇಪದೇ | ಯಾವಾಗಲೂ |

13. ನನಗೆ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
14. ನಾನು ಒಣಚರ್ಮ, ತುರಿಕೆ ಅಥವಾ ದದ್ದುಗಳಂತಹ ಚರ್ಮದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
15. ಒತ್ತಡವು ನನ್ನ ದೈಹಿಕ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಹದಗೆಡಿಸುತ್ತದೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
16. ನಾನು ದುಃಖ ಅಥವಾ ಖಿನ್ನತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
17. ನನಗೆ ಕಡಿಮೆ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
18. ನನ್ನ ಕುತ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಭುಜಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾಯು ಬಿಗಿತವಿದೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
19. ನನ್ನ ದವಡೆಯಲ್ಲಿ ನೋವು ಇದೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
20. ಸುಗಂಧ ದ್ರವ್ಯಗಳಂತಹ ಕೆಲವು ವಾಸನೆಗಳು ನನಗೆ ತಲೆ ತಿರುಗುವಿಕೆ ಮತ್ತು ವಾಕರಿಕೆ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
21. ನಾನು ಪದೇ ಪದೇ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
22. ನಾನು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಮಲಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ನನ್ನ ಕಾಲುಗಳು ಅಹಿತಕರ ಮತ್ತು ಆವಿಶ್ರಾಂತವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
23. ನನಗೆ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
24. ನಾನು ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಆಘಾತವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇನೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ
25. ನನ್ನ ಸೊಂಟದಲ್ಲಿ ನೋವು ಇದೆ.	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ	ವಿರಳವಾಗಿ	ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ	ಪದೇಪದೇ	ಯಾವಾಗಲೂ

ಅನುಬಂಧ ಬಿ. ಕೇಂದ್ರೀಯ ಸಂವೇದನಾ ತಪಶೀಲ ಪಟ್ಟಿ: ಭಾಗ ಬಿ

ಈ ಕೆಳಗಿನ ಯಾವುದೇ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳಿಂದ ನೀವು ವೈದ್ಯರಿಂದ ರೋಗ ಪರಿವೀಕ್ಷಣೆಗೆ ಒಳಪಟ್ಟಿದ್ದೀರಾ?

ದಯವಿಟ್ಟು ಪ್ರತಿ ರೋಗ ನಿರ್ಣಯಕ್ಕೆ ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ಮತ್ತು ರೋಗನಿರ್ಣಾಯದ ವರ್ಷವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

ಇಲ್ಲ ಹೌದು ರೋಗನಿರ್ಣಯ
ಮಾಡಿದ ವರ್ಷ

1. ವಿಶ್ರಾಂತರಹಿತ ಕಾಲಿನ ಲಕ್ಷಣ (ರೆಸ್ಟ್‌ಲೆಸ್ ಲೆಗ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್)
2. ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಆಯಾಸ ಲಕ್ಷಣ (ಕ್ರೋನಿಕ್ ಫಟಿಗ್)
3. ವ್ಯಾಪಕವಾದ ಸ್ನಾಯು ನೋವು (ಫೈಬ್ರೋಮಯಾಲ್ಜಿಯಾ)
4. ಧವಡೆಯ ಸಂಧಿಗಳು ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ (ಟೆಂಪರೋಮ್ಯಾಂಡಿಬ್ಯುಲರ್ ಜಾಯಿಂಟ್ ಡಿಸೋರ್ಡರ್)
5. ವಿಭಿನ್ನ ತಿವ್ರತೆಯ ತಲೆನೋವು ಅಥವಾ ಒತ್ತಡದ ತಲೆನೋವು (ಮೈಗ್ರೇನ್ ಅಥವಾ ಟೆನ್ಷನ್ ಹೆಡ್‌ಕ್ಯ)
6. ಸಿಡುಕಿನ ಕರುಳಿನ ಸಹಲಕ್ಷಣ (ಇರಿಟೇಬಲ್ ಬೋವೆಲ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್)
7. ಬಹುರಾಸಾಯನಿಕ ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆಗಳು
8. ಕುತ್ತಿಗೆ ಗಾಯ (ವಿಪ್ಲಾಶ್ ಸೇರಿದಂತೆ)
9. ಆತಂಕ ಅಥವಾ ಗಾಬರಿಯ ಆಘಾತ
10. ಖಿನ್ನತೆ