

Оцените ваше здоровье

Пациент _____ Возраст _____ Доктор _____ Дата _____

Дата рождения ___/___/___ Вес _____ Пол: мужск женск

Адрес _____ Тел. _____

Пульс : лёжа _____ стоя _____ Давление : лёжа ___ стоя _____

Внимание : обведите цифру, от 1 до 3, которая относится к вашему симптому.

Обведите цифру 1, если симптом умеренный (бывает редко), цифру 2, если Симптом средний (бывает несколько раз в месяц) или 3, если симтом острый и вы ощущаете его постоянно.

1-я группа

- 1 - 1 2 3 не воспринимаете кислую пищу
- 2 - 1 2 3 частые простуды
- 3 - 1 2 3 “комок” в горле
- 4 - 1 2 3 сухость во рту, глазах, носу
- 5 - 1 2 3 учащенный пульс после еды
- 6 - 1 2 3 перенервничали, не можете успокоиться
- 7 - 1 2 3 долго не заживают мелкие порезы
- 8 - 1 2 3 частая отрыжка
- 9 - 1 2 3 легко возбудимы, трудно расслабиться
- 10 - 1 2 3 холодные конечности
- 11 - 1 2 3 раздражает яркий свет
- 12 - 1 2 3 уменьшение объема мочи
- 13 - 1 2 3 сердцебиение после сна
- 14 - 1 2 3 “раздраженный” желудок
- 15 - 1 2 3 снижение аппетита
- 16 - 1 2 3 частый холодный пот
- 17 - 1 2 3 частое повышение температуры
- 18 - 1 2 3 боли невралгического типа
- 19 - 1 2 3 пристальный взгляд, редко моргаете

- 20 - 1 2 3 повышенная кислотность

2-я группа

- 22 - 1 2 3 ночные судороги в мышцах и больших пальцах ног
- 23 - 1 2 3 частые спазмы желудка
- 24 - 1 2 3 слезятся глаза, нос
- 25 - 1 2 3 частое моргание
- 26 - 1 2 3 опухают веки
- 27 - 1 2 3 несварение после еды
- 28 - 1 2 3 постоянное чувство голода
- 29 - 1 2 3 быстрое переваривание еды
- 30 - 1 2 3 частая рвота
- 31 - 1 2 3 частая хрипота
- 32 - 1 2 3 прерывистое дыхание
- 33 - 1 2 3 медленный, неритмичный пульс
- 34 - 1 2 3 отрыжка с трудом
- 35 - 1 2 3 трудно глотать
- 36 - 1 2 3 трудно встать, плохо разгибаются суставы
- 37 - 1 2 3 долго “раскачиваетесь”
- 38 - 1 2 3 иногда знобит

- 39 - 1 2 3 частая потливость
- 40 - 1 2 3 плохое кровообращение
- 41 - 1 2 3 предрасположенность к простудам, бронхитам, астме

3-я группа

- 42 - 1 2 3 снимаете стресс едой
- 43 - 1 2 3 чрезмерный аппетит
- 44 - 1 2 3 чувство голода между приемами пищи
- 45 - 1 2 3 раздражительность перед едой
- 46 - 1 2 3 “трясёт”, когда появляется голод
- 47 - 1 2 3 пища снимает усталость
- 48 - 1 2 3 головокружение, если задерживается прием пищи
- 49 - 1 2 3 сердце “пульсирует”, если пропущен или задерживается прием пищи
- 50 - 1 2 3 головные боли во второй половине дня
- 51 - 1 2 3 переедание конфет расстраивает желудок
- 52 - 1 2 3 проснулись после нескольких часов сна – трудно заснуть
- 53 - 1 2 3 очень хочется конфет или кофе во второй половине дня
- 54 - 1 2 3 депрессивные состояния : грусть, депрессия
- 55 - 1 2 3 чрезмерное увлечение конфетами и закусками

4-я группа

- 56 - 1 2 3 слабость, онемение рук и ног
- 57 - 1 2 3 часто вздыхаете, не хватает воздуха
- 58 - 1 2 3 замечаете, что тяжело дышите
- 59 - 1 2 3 боязнь высоты
- 60 - 1 2 3 открываете окна, если находитесь в помещении
- 61 - 1 2 3 восприимчивы к простудам
- 62 - 1 2 3 хочется спать после обеда
- 63 - 1 2 3 хочется спать днем
- 64 - 1 2 3 опухают колени, особенно ночью
- 65 - 1 2 3 спазмы мышц
- 66 - 1 2 3 одышка при нагрузке
- 67 - 1 2 3 тупая боль в груди, отдает в левую руку, особенно при нагрузке
- 68 - 1 2 3 легко появляются синяки
- 69 - 1 2 3 предрасположенность к анемии
- 70 - 1 2 3 частые носовые кровотечения
- 71 - 1 2 3 “шум” в голове или “звон” в ушах

- 72 - 1 2 3 ощущение тяжести в груди, особенно при нагрузке

5-я группа

- 73 - 1 2 3 головокружения
- 74 - 1 2 3 сухая кожа
- 75 - 1 2 3 “горят” подошвы
- 76 - 1 2 3 “туман” в глазах
- 77 - 1 2 3 зудит кожа и подошвы
- 78 - 1 2 3 чрезмерно выпадает волос
- 79 - 1 2 3 частая сыпь на коже
- 80 - 1 2 3 горький металлический вкус во рту по утрам
- 81 - 1 2 3 болезненный стул
- 82 - 1 2 3 неуверенность, беспокойство
- 83 - 1 2 3 тошнит, боль над глазами
- 84 - 1 2 3 жирная пища расстраивает желудок
- 85 - 1 2 3 стул светлого цвета
- 86 - 1 2 3 шелушатся подошвы
- 87 - 1 2 3 боль между лопаток
- 88 - 1 2 3 употребление слабительных
- 89 - 1 2 3 стул мягкий или жидкий
- 90 - 1 2 3 приступы желчно-каменной болезни
- 91 - 1 2 3 часто чихаете
- 92 - 1 2 3 мучают ночные кошмары
- 93 - 1 2 3 неприятный запах изо рта
- 94 - 1 2 3 плохая восприимчивость к молочным продуктам
- 95 - 1 2 3 чувствительны к жаре
- 96 - 1 2 3 зуд или жжение в анусе
- 97 - 1 2 3 очень хочется конфет

6-я группа

- 98 - 1 2 3 потеря вкуса мяса
- 100 - 1 2 3 жжение в желудке, проходит после еды
- 101 - 1 2 3 налет на языке
- 102 - 1 2 3 частые газы с сильным запахом
- 103 - 1 2 3 несварение еды от 1 до 4 часов
- 104 - 1 2 3 колит, болезненный стул

105 - 1 2 3 газы вскоре после еды

106 - 1 2 3 вздутие желудка после еды

Группа 7А

107 -1 2 3 бессонница

108 -1 2 3 нервозность

109 -1 2 3 не набирается вес

110 -1 2 3 не переносите жару

111 -1 2 3 слишком эмоциональны

112 -1 2 3 частые приливы крови

113 -1 2 3 потеете ночью

114 -1 2 3 тонкая, влажная кожа

115 -1 2 3 внутри все дрожит

116 -1 2 3 “пульсирует” сердце

117 -1 2 3 вес не набирается даже при усиленном питании

118 -1 2 3 ускоренный пульс в состоянии покоя

119 -1 2 3 подергивание бровей и мышц лица

120 -1 2 3 беспокойны и раздражительны

121 -1 2 3 трудно работать (в состоянии стресса)

Группа 7Б

122 -1 2 3 набираете вес

123 -1 2 3 снижение аппетита

124 -1 2 3 быстро устаёте

125 -1 2 3 “звон” в ушах

126 -1 2 3 хочется спать днем

127 -1 2 3 чувствительность к холоду

128 -1 2 3 сухая кожа или шелушится

129 -1 2 3 запоры

130 -1 2 3 замедленное мышление

131 -1 2 3 жесткие волосы, выпадают

132 -1 2 3 головные боли по утрам, проходят в течение дня

133 -1 2 3 замедление пульса, ниже 65

134 -1 2 3 частое мочеиспускание

135 -1 2 3 проблемы со слухом

136 -1 2 3 сниженная инициативность

Группа 7В

137 -1 2 3 ослабевают память

138 -1 2 3 низкое кровяное давление

139 -1 2 3 повышение сексуального влечения

140 -1 2 3 головная боль - “раскалывается” голова

141 -1 2 3 пониженная чувствительность к сахару

Группа 7Г

142 -1 2 3 постоянно мучит жажда

143 -1 2 3 вздутие желудка

144 - 1 2 3 жировые отложения на талии и бедрах

145 - 1 2 3 снижение или отсутствие полового влечения

146 -1 2 3 предрасположенность к язве желудка, колитам

147 - 1 2 3 повышенная чувствительность к сахару

148 - 1 2 3 женщины: расстройства менструации

149 - 1 2 3 девушки: нерегулярные менструации

Группа 7Д

150 - 1 2 3 головокружения

151 - 1 2 3 головные боли

152 - 1 2 3 приливы крови (“бросает в жар”)

153 - 1 2 3 повышенное кровяное давление

154 - 1 2 3 рост волос на лице и теле (у женщин)

155 - 1 2 3 сахар в моче (при отсутствии диабета)

156 -1 2 3 проявляются мужские черты в строении тела (у женщин)

Группа 7Ж

157 -1 2 3 слабость, головокружение

158 -1 2 3 хроническая усталость

159 -1 2 3 низкое кровяное давление

160 -1 2 3 хрупкие (ломкие) ногти

161 -1 2 3 предрасположенность к кожной аллергии

162 -1 2 3 предрасположенность к артритам

163 -1 2 3 повышенная потливость

164 -1 2 3 нерегулярный стул

165 -1 2 3 плохое кровообращение

166 -1 2 3 опухают колени

- 167 -1 2 3 повышенная потребность в соли
- 168 -1 2 3 коричневые пятна или бронзовый оттенок кожи
- 169 -1 2 3 аллергии – предрасположенность к астме
- 170 -1 2 3 слабость после простуды, гриппа
- 171 -1 2 3 истощение – мышечное и нервное
- 172 -1 2 3 расстройства дыхания

8-я группа

- 173 -1 2 3 настороженность
- 174 -1 2 3 раздраженность
- 175 -1 2 3 болезненная мнительность, страхи
- 176 -1 2 3 боязнь никогда не выздороветь
- 177 -1 2 3 забывчивость
- 178 -1 2 3 несварение желудка
- 179 -1 2 3 плохой аппетит
- 180 -1 2 3 очень хочется конфет
- 181 -1 2 3 боли в мышцах
- 182 -1 2 3 депрессия; предчувствие ужасного
- 183 -1 2 3 не переносите шум
- 184 -1 2 3 звуковые галлюцинации
- 185 -1 2 3 плачете по любому поводу
- 186 -1 2 3 жесткие или истонченные волосы
- 187 -1 2 3 общая слабость
- 188 -1 2 3 общая усталость
- 189 -1 2 3 чувствительная кожа (к прикосновениям)
- 190 -1 2 3 предрасположенность к кожным аллергиям
- 191 -1 2 3 нервозность
- 192 -1 2 3 головные боли
- 193 -1 2 3 бессонница
- 194 -1 2 3 повышенное беспокойство
- 195 -1 2 3 анорексия (чрезмерная намеренная потеря веса)
- 196 -1 2 3 сложно сконцентрироваться
- 197 -1 2 3 частый насморк, инфекции пазух носа
- 198 -1 2 3 аллергия на определенные продукты
- 199 -1 2 3 слабость в суставах

Для женщин

- 200 -1 2 3 очень быстрая утомляемость
- 201 -1 2 3 нервозность перед менструацией
- 202 -1 2 3 болезненные менструации
- 203 -1 2 3 депрессия перед менструацией

- 204 -1 2 3 чрезмерные продолжительные менструации
- 205 -1 2 3 боли в груди
- 206 -1 2 3 слишком частые менструации
- 207 -1 2 3 выделения из влагалища
- 208 -1 2 3 удалена матка/ удалены яичники
- 209 -1 2 3 “горячие” приливы во время менструации
- 210 -1 2 3 скудные менструации, задержки менструации
- 211 -1 2 3 угри, появляются во время менструации
- 212 -1 2 3 длительная депрессия

Для мужчин

- 213 -1 2 3 проблемы с простатой
- 214 -1 2 3 трудности с мочеиспусканием
- 215 -1 2 3 частые позывы на мочеиспускание ночью
- 216 -1 2 3 депрессия
- 217 -1 2 3 боли в ногах, пятках
- 218 -1 2 3 ощущение неполного опорожнения
- 219 -1 2 3 не хватает энергии
- 220 -1 2 3 “блуждающие” боли
- 221 -1 2 3 быстрая утомляемость
- 222 -1 2 3 пассивность
- 223 -1 2 3 нервные подергивания ногой по ночам
- 224 -1 2 3 сниженное половое влечение