

Nimi: _____

Päivämäärä: _____

Ensikäynti []

Kontrollikäynti []

Vastaa jokaiseen oirekohtaan asteikolla 0-4 perustuen oireisiisi viimeisen 30 vrk:n ajan

Pisteytys: 0 = ei koskaan tai erittäin harvoin
1 = vähäisiä oireita ajoittain
2 = vaikeahkoja oireita ajoittain
3 = oireita usein, oireet eivät vaikeita
4 = oireita usein, oireet vaikeita

PÄÄ

Päänsärkyä _____
Voimattomuutta _____
Huimausta _____
Unettomuutta _____
Yhteensä _____

SILMÄT

Vuotavat tai kutisevat _____
Mustat silmäanaluset _____
Turvonneet, punaiset,
tahmeat luomet _____
Pussit silmien alla _____
Tarkentamisen vaikeus _____
Yhteensä _____

KORVAT

Kutiavat _____
Särkyjä, tulehduksia _____
Vuotoa korvista _____
Korvien soimista _____
Kuulon heikkeneminen _____
Yhteensä _____

NENÄ

Tukkoisuutta _____
Sivuontelo-ongelmia _____
Heinänuha _____
Aivastuskohtauksia _____
Runsasta limantuloa _____
Yhteensä _____

RUOANSULATUS

Pahoinvointi, oksentelu _____
Ripuli _____
Ummetus _____
Turvotus _____
Ilmavaivat _____
Närästys, röyhtäily _____
Vatsakipu _____
Yhteensä _____

NIVELET/ LIHAKSET

Kipu, jomotus nivelissä _____
Niveltulehdus _____
Jäykkyys, liikuntarajoitus _____
Kipu, jomotus lihaksissa _____
Heikkoutta, väsymystä _____
Yhteensä _____

PAINO

Ylensyömis- / juomiskausia _____
Tiettyjen ruokien himo _____
Ylipaino _____
Pakonomaista syömistä _____
Turvotusta, nesteen kertymistä kehoon _____
Alipaino _____
Yhteensä _____

AKTIIVISUUS

Väsymys, voimattomuus _____
Apatia, hitaus _____
Yliaktiivisuus _____
Rauhattomuus _____
Yhteensä _____

SUU/ NIELU

Kroonista yskää _____
Rykimistä, liman tunnetta _____
Arkuutta nielussa, äänenmenetys _____
Turvonnut kieli, ikenet, huulet _____
Rakkuloita, haavaumia _____
Yhteensä _____

IHO

Aknea _____
Nokkos- tai muita ihottumia _____
Kuiva iho _____
Hiusten lähtöä _____
Punoitusta, kuumotusta _____
Ylenmääräistä hikoilua _____
Yhteensä _____

SYDÄN

Epäsäännöllinen pulssi _____
Poisjääneet lyönnit _____
Nopea tai hikkaava pulssi _____
Rintakipu _____
Yhteensä _____

KEUHKOT

Ahdistusta rinnassa _____
Astma, keuhkoputkentulehdus _____
Hengästyksiä _____
Hengitysvaikeuksia _____
Yhteensä _____

AJATUSTOIMINTA

Huono muisti _____
Sekavuus, hidas käsityskyky _____
Keskittymisvaikeus _____
Huono koordinaatio _____
Vaikeus tehdä päätöksiä _____
Sammaltava, änkyttävä puhe _____
Puheen hitaus _____
Oppimisvaikeuksia _____
Yhteensä _____

TUNTEET

Mielialan ailahtelu _____
Pelkoja, hermostuneisuutta _____
Viha, ärtyneisyys, aggressio _____
Masennus _____
Yhteensä _____

MUUT

Jatkuva sairastelu _____
Tihentynyt virtsaamistarve _____
Kutina/ eritevuoto sukuelimistä _____
Yhteensä _____