



# HORMONEGYENSÚLY KÉRDŐÍV

Nők részére

Név:

Kitöltés dátuma:

Életkor:

Testsúly:

Magasság:

E-mail cím:

---

Milyen konkrét probléma miatt kéri a segítséget? \_\_\_\_\_

Pontos tünetek (ebben segíthet az "Ösztrogén dominancia tünetei" leírás a honlapon):

---

Hány napos általában a ciklusa (azaz hány naponta menstruál)?

Szabályos-e a ciklus? Történt-e változás a hosszában, túl rövid (21-25) vagy hosszú-e (30 vagy több nap)?

Menstruációját jellemezze fájdalom, mennyiség, hossz, minőség szempontjából:

Hány napos a vérzés? Milyen intenzitású?

Mennyire fájdalmas?

Darabos-e, alvadt vérrel teli-e?

Barnázás van-e? (A ciklus közepén napokig tartó és/vagy a menstruációt megelőző napokon észlelt barnás színű pecsételés)

Szokta-e figyelni vagy érzékelni a tüszőrepedést (ovulációt)?

Fájdalmas székletürítés a menses alatt:

Véres hasmenés menses alatt:

Rendellenes hüvelyfolyás, gyakori húgyúti fertőzés, Candida:

Fájdalmas szexuális együttlét:

Alacsony libidó:

Hajhullás, zsíros haj, zsíros, pattanásos bőr:

Deréktáji-háttáji fájdalom:

Csontritkulás (menopauza előtti csontsűrűség veszteség és időskori is):

Lassú anyagcsere, emésztési zavarok:

Memória zavar (rövidtávú):



Változókori tünetek (hőhullám, hirtelen erős szívdobogás, izzadás, alvászavar, hajhullás, indokolatlan súlygyarapodás, ingerlékenység, váltakozó hosszú ciklus – rövidebb, majd hosszabb, kimaradozó menses-szel):

Allergia (lisztérzékenység, tengeri hal allergia, asztma, csalánkiütés, stb.):

Bőrbetegségek (ekcéma, pikkelysömör, rosacea, stb.):

Gyógyszerek, fogamzásgátlók és egyéb szerek szedése (időtartammal):

Eddigi hormon- és egyéb kezelések:

Labor eredmények (pajzsmirigy és más hormonok)

Vashiány fennáll-e?

Mellékvese alulműködés?

Mikor volt utoljára nőgyógyászati ultrahang, és mi volt annak eredménye?

Terhességek, lombikok, vetélések, szülések:

Műtétek (évszámmal):

Sebészeti menopauza történt-e (méh és/vagy petefészek eltávolítás utáni állapot)?

Végzett-e méregtelenítést (ha igen mikor, milyen formában)?

Milyen mértékű stressz alatt él (1-10-ig tartó skálán értékelve):

Sportol-e rendszeresen?

Egyéb említendő adat, megjegyzés vagy kérdés:

A megadott információkat harmadik személynek nem, illetve csak írásos beleegyezéssel szolgáltatjuk ki, kizárólag diagnosztika és a megfelelő megoldás kialakítása érdekében szükséges konzultáció céljából. A kérdőív csak hormonterapeuta vagy tanácsadó által értékelhető ki.