**Dotazník pre pridružené problémy**

Dátum: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Meno pacienta: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Už ste opísali svoje hlavné problémy v konkrétnom na to určenom dotazníku. Aby sme Vás mohli liečiť holistickým spôsobom, potrebujeme od Vás, aby ste opísali ďalšie pridružené problémy okrem hlavných, kvôli ktorým ste k nám prišli.

Odpovedzte prosím na nasledujúce otázky podčiarknutím tých problémov, ktoré máte. Ak je to potrebné, pridajte do textu nejakú poznámku, ktorá lepšie opisuje Váš problém. Tento zoznam nie je úplný, preto pokojne pridajte Vaše poznámky do príslušných polí.

**HLAVA**

• Bolesť hlavy

• Problémy s očami

• Prechladnutie / problémy s prínosovými dutinami

• Zapálené hrdlo

• Zápal ucha / infekcia

**HRUDNÍK**

• Srdce: Narušený rytmus srdca / slabosť / bolesť

• Pľúca: kašeľ / bronchitída / astma

**BRUCHO**

• Žalúdok: pálenie záhy / pálenie / kŕče

• Črevá: problémy s trávením / hnačka / zápcha

**OBLIČKY A MOČOVÉ ÚSTROJE**

• Zápal / infekcia močového mechúra a obličiek

• Inkontinencia moču

**GENITÁLIE**

• Menštruačné ťažkosti

• Bolestivý pohlavný styk

**MUSKOSKELETÁLNY SYSTÉM**

• Reumatizmus mäkkých tkanív

• Problémy s kĺbami

**KOŽA**

• Výsev na koži / zápal / infekcia / bradavice

• potenie

**SPÁNOK**

• Problém zaspať a problémový spánok počas noci

• Nočné mory

**NÁLADA**

• Úzkosť / strachy

• Depresia

2. Opíšte akékoľvek symptómy, ktoré nie sú zmienené vyššie

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ČERSTVÝ VZDUCH, TEPLOTA, ZAKRYTIE SA**

• čerstvý vzduch: zlepšuje / zhoršuje

• čerstvý vzduch: túži po ňom / nechce ho

• studené počasie: zlepšuje / zhoršuje

• teplé počasie: zlepšuje / zhoršuje

• vlhké počasie: zlepšuje / zhoršuje

• suché počasie: zlepšuje / zhoršuje

• chlad celkovo: zlepšuje / zhoršuje

• teplo celkovo: zlepšuje / zhoršuje

• pri ochladení: zlepšenie / zhoršenie

• teplé zabalenie sa do šiat alebo prikrývok: zlepšuje / zhoršuje

• zohriatie v posteli zlepšuje / zhoršuje

• odkrývanie sa: zlepšuje / zhoršuje

• teplá miestnosť: zlepšuje / zhoršuje

• počas / po potení: zlepšenie / zhoršenie

• vlhký zábal na telo: zlepšuje / zhoršuje

• pri zmoknuti zhoršuje

• prievan / vietor zhoršuje

• keď je horúco / potenie, chce sa odkryť

• keď je horúco / potenie, chce zostať zakrytý

**POLOHA**

• ležanie zlepšuje / zhoršuje

• ležanie na chrbte zlepšuje / zhoršuje

• ľah na strane: zlepšuje / zhoršuje

• ľah na bolestivej strane: zlepšuje / zhoršuje

• sedenie: zlepšuje / zhoršuje

• sedenie v predklone: zlepšuje / zhoršuje

• státie: zlepšuje / zhoršuje

• predklon: zlepšuje / zhoršuje

• svaly: ochabnuté / napäté

**JEDENIE, PITIE, ROZRPAVANIE**

• prehľtanie: zlepšuje / zhoršuje

• počas / po jedle: zlepšenie / zhoršenie

• studené jedlo a nápoje: zlepšujú / zhoršujú

• po ptití: zlepšenie / zhoršenie

• studená voda: zlepšuje / zhoršuje

• smäd smäd / neprítomnosť smädu

• chuť do jedla: hlad / nemá chuť do jedla

• slinenie: veľa / málo

• rozprávanie zlepšuje / zhoršuje

**SPÁNOK**

• po ľahnutí si: zlepšenie / zhoršenie

• keď zaspáva: zlepšenie / zhoršenie

• počas spánku: zlepšenie / zhoršenie

• pri zobudení: zlepšenie / zhoršenie

• keď sa zobúdza / po zobudení: zlepšenie / zhoršenie

**ZRAK**

• svetlo (jasné): zlepšuje / zhoršuje

• tma: zlepšuje / zhoršuje

• zrenice: rozšírené / zúžené

• sústredené pozeranie zlepšuje / zhoršuje

• čítanie zlepšuje / zhoršuje

**POHYB, NÁMAHA, ODPOČINOK**

• pohyb: túži po ňom / averzia k pohybu

• pohyb: zlepšuje / zhoršuje

• pohyb postihnutými časťami: zlepšuje / zhoršuje

• trasenie hlavy: zlepšuje / zhoršuje

• otrasy pri chôdzi: zlepšujú / zhoršujú

• chôdza zlepšuje / zhoršuje

• beh (jogging) zlepšuje / zhoršuje

• fyzická námaha: zlepšuje / zhoršuje

• duševná námaha zlepšuje / zhoršuje

• kľud, odpočinok: zlepšuje / zhoršuje

• jazda autom (otrasy pri cestovaní) zlepšuje / zhoršuje

**STRANA**

• strana celkovo vľavo / vpravo

• v hlave vľavo / vpravo

• na vonkajšej strane hlavy vľavo / vpravo

• tvár vľavo / vpravo

• oči vľavo / vpravo

• nos vľavo / vpravo

• uši: ľavé / pravé

• ústa vľavo / vpravo

• zuby: vľavo / vpravo

• krk: vľavo / vpravo

• hruď: vľavo / vpravo

• v hornej časti brucha vľavo / vpravo

• v bruchu vľavo / vpravo

• slabiny (pri pokrčení kolien) vľavo / vpravo

• genitálie: vľavo / vpravo

• ruka: ľavá / pravá

• noha: ľavá / pravá

**POCITY**

• dotyk: zlepšuje / zhoršuje

• vonkajší tlak: zlepšuje / zhoršuje

• masáž, šúchanie: zlepšuje / zhoršuje

• kýchanie zlepšuje / zhoršuje

• čuch: stratený / slabý / znížený / veľmi citlivý