



रजोनिवृत्ति लक्षण प्रश्नावली

इसका उपयोग लक्षणों की निगरानी के लिए किया जा सकता है और यह आकलन करने के लिए नियमित रूप से करने के लायक है कि समय के साथ या उपचार के साथ लक्षण कैसे बदलते हैं। वैकल्पिक रूप से, शेष रजोनिवृत्ति लक्षण प्रश्नावली© लेने और एक व्यक्तिगत स्वास्थ्य रिपोर्ट तक पहुंचने के लिए बैलेंस ऐप डाउनलोड करें©।

कृपया इंगित करें कि आप इस समय उपयुक्त बॉक्स में एक टिक रखकर इन लक्षणों में से किसी से भी किस हद तक परेशान हैं:

लक्षण	बिल्कुल नहीं (0)	थोड़ा (1)	काफी थोड़ा (2)	अत्यंत (3)	टिप्पणी
दिल का तेज़ी से या ज़ोरदाड़ धड़कना					
तनाव या घबराहट महसूस करना					
नींद में कठिनाई					
स्मृति समस्याएँ					
चिंता या घबराहट					
ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई					
थका हुआ महसूस करना या ऊर्जा की कमी					
ज्यादातर चीजों में रुचि का खोना					
दुखी या उदास महसूस करना					
बिना कारण रोना					
चिड़चिड़ापन					
चक्कर आना या बेहोशी महसूस करना					
सिर में दबाव या जकड़न					
टिनिटस (कान में बजना या गूंजना)					
सिर दर्द					
मांसपेशियों और जोड़ों में दर्द					
शरीर के किसी भी हिस्से में सुई जैसा अनुभव					
साँस लेने में कठिनाई					
हॉट फ्लैशज / गर्मी लगना					
सेक्स में रुचि की कमी					
पेशाब में कठिनाई					
योनि सूखापन के कारण कठिनाई					
अंक					