



更年期症狀問卷

此表格用於監測症狀並定期評估症狀如何隨時間或治療而變化。同時亦可下載應用程式“Balance”以獲取更年期症狀問卷©並使用個人健康報告©請選擇相應的方格以說明您目前對以下症狀的困擾程度:

症狀	完全沒有 (0)	有點 (1)	相當多 (2)	非常嚴重 (3)	評論
心跳加速或強烈					
感到不安或緊張					
難以入睡					
記憶力衰退					
焦慮和驚恐					
難以集中精神					
感到疲倦或缺乏活力					
對大多數市民失去興趣					
感到不開心或抑鬱					
啼哭					
煩躁和易怒					
感到頭暈或昏厥					
頭部繃緊					
耳鳴或嗡嗡聲					
頭痛					
肌肉和關節痛					
身體有刺痛感					
呼吸困難					
潮熱					
晚上出汗					
失去對性的興趣					
泌尿系統問題					
陰道乾澀引起的症狀					