**Case No**

 **Follow up date** / /

**डॉ. मीनल सोहनी**.

एम.डी. (होमिओपॅथी) समुपदेशक व हिप्नोथेरपीस्ट

**केस पेपर [ प्रौढांसाठी ]**

नाव  :                                                                                                 दिनांक :

वय:                 जन्मदिनांक   स्त्री / पुरुष :               धर्म :

विवाहित /अविवाहित/ इतर :   Email :

Whats app no. मोबाईल:

शिक्षण: व्यवसाय /नोकरी:

कंपनीचे नाव :

घरचा पत्ता:

माझा इंटरव्ह्यू व्हिडीओ रेकोर्ड करण्यास माझी संमती आहे. होमिओपॅथिच्या अभ्यासासाठी ह्याचा वापर करण्यास

माझी परवानगी आहे.

  ----------------------------

 सही

 होमिओपथिमध्ये  रोगनिदानाइतकेच रुग्णाचे व्यक्तिमत्व, स्वभाव, सवयी, आवडीनिवडी ह्या गोष्टी,  औषध निवडताना अतिशय महत्वाच्या असतात. म्हणून हा फॉर्म अतिशय काळजीपूर्वक व सविस्तर भरून आणावा. ह्या फॉर्म मध्ये आपण दिलेली माहिती गोपनीय राहील ह्याची खात्री बाळगावी.

**कृपया सर्व रिपोर्ट्स व संबंधित कागदपत्र बरोबर आणावीत**

-----------------------------------------------------------------------------------------------

क्लिनिकच्या वापरासाठी **-** Referred by :

C.D.s/ workshop - Video recording - follow up videos -

**तब्येतीची मुख्य तक्रार -** वेदना किंवा तक्रारींचे सविस्तर वर्णन करा, मानसिक तक्रार असल्यास त्याचे वर्णन करा.

आजाराची सुरुवात कशी व कधी झाली ?

प्रत्यक्ष वेदना किंवा तक्रारींचे स्वरूप - जळजळ , टोचणे, आखडणे, जडपणा इ .

औषधाशिवाय इतर कुठल्या गोष्टीनी आजार कमी वा जास्त होतो. उदा. हवामान, खाणे, पिणे, झोप...इ.

ह्या तक्रारीचा आपल्यावर / आपल्या आयुष्यावर कसा परिणाम होतोय सविस्तर लिहा.

आजारामुळे आपल्या स्वभावावर झालेले परिणाम - भीती, चिंता, नैराश्य आत्मविश्वास कमी होणे…

इतर तक्रारी :

सध्याचे उपचार - औषधे व डोस लिहा

पूर्वीचे आजार/ अपघात/ दुखापत - पूर्वीपासून आत्तापर्यंत, क्रमाने

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| कधी झाला | काय आजार, अपघात, दुखापत  | ट्रीटमेंट / उपचार |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

आई वडील, भावंडे व आजी आजोबां मधील मोठे आजार (ह्रदयविकार, उच्च रक्तदाब , कॅन्सर, थायरॉंइडचे विकार, मधुमेह, दमा, टीबी , किंवा तुमच्यासारखे आजार … )

खालील गोष्टींचा तुमच्यावर कसा परिणाम होतो? ह्या गोष्टी तुम्हाला आवडतात ( √ ), खूप आवडतात (√√ ); वा आवडत नाहीत (×); या गोष्टीनी तुम्हाला त्रास होतो (××) इ. सविस्तर लिहा.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| उन्हाळा / ऊन      | थंडी  | पावसाळा |
| कोरडे हवामान | दमट हवामान | वादळ /विजा |
| मोकळी हवा  | समुद्रकिनारा / पाणी  | गार वारा |
| बंद / अरुंद छोट्या जागा | गर्दी  | घट्ट कपडे   |
| अमावस्या / पौर्णिमा | उंच जागा | व्यायाम  |
| उग्र वास/ धूर/ धूळ  | आवाज, गोंगाट | स्पर्श /चेपणे / चोळणे |
| गरम शेकणे | पावसात भिजणे  | प्रखर प्रकाश |

खालील कुठले पदार्थ आवडतात ( √ ), खूप आवडतात ( √ √ ), आवडत नाहीत ( × ) व खाल्यावर त्रास होतो ( ×× )

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| गोड | साखर | चॉकलेट्स  | शीतपेय |  आईसक्रीम /बर्फ   |
| चटपटीत   | तिखट | तळलेले, तेलकट | खारट/ मीठ   | कांदा लसूण  |
| दुध | दही ताक  | चीझ  | लोणी तूप  | आंबट |
| कडू | कच्च्या कोशिंबिरी | भाज्या | फळांचे रस / फळे | जंक फूड |
| चिकन/ मटन | अंडी  | मासे  | ब्रेड | चहा कॉफी  |
| गरम अन्न  | माती/ खडू/ पेपर  |  तंबाखू पान | ड्रिंक्स | सिगारेट  |

याशिवाय इतर पदार्थ -

**शारीरिक गुणधर्म** -

भूक चांगली लागते का?

रिकाम्या पोटी काही त्रास होतो का? जेवल्यावर आराम वाटतो का ? जेवल्यावर काही त्रास ?

जेवण जास्त झाल्यास काही त्रास होतो का? ढेकर वा पोट फुलणे, गॅसेस चा त्रास आहे का ?

**तहान** किती लागते? दिवसभरात किती ग्लास पाणी पिता? एका वेळी खूप का थोडे थोडे पाणी पिता?

पाणी थंड/ खूप थंड / कोमट/ गरम आवडते?

**रोज** पोट साफ होते का?

संडासला कडक होणे/ जोर करावा लागणे/ साफ न झाल्याची भावना / वेदना/ आव/ रक्त/ कृमी पडणे इत्यादी तक्रारी ?

मुळव्याध/  फिशर / गॅसेस / आलटून पालटून मलावरोध वा जुलाब  इत्यादी तक्रारी ?

रोज लघवी करताना  काही त्रास - वेदना जळजळ, रक्त पडणे, थेंब थेंब नकळत लघवी होणे, साफ न झाल्याची भावना

लघवीला वास वा रंग असतो का?

घाम  किती  येतो ? शरीराच्या कुठल्या भागावर? डोक्याला हातापायांना तळव्याला ...इ.

काही विशिष्ठ वेळेला घाम येतो का? ( झोपताना, खाताना, राग आल्यावर …)

घामाला वास येतो का? त्याचे डाग पडतात का ?

रोज शांत झोप लागते का? उठल्यावर ताजेतवाने वाटते का?  झोप न झाल्यास काही त्रास जाणवतो का ?

झोपतानाची स्थिती कशी असते? ( पाठीवर, पोटावर, इतर …)

झोपेन दचकणे/ चालणे/ बोलणे / लाळ गळणे/ घोरणे / दात खाणे / घाम येणे / घाबरणे इ त्रास होतात का ?

कुठल्या प्रकारचे हवामान मानवते? थंडी जास्त वाजते कि  उकडते जास्त?

आंघोळ गरम का थंड पाण्याने करता ? पांघरूण आवश्यक वाटते का ? पंख लागतो कि त्रास होतो ?

हवामान बदलाने काही त्रास? किंवा थंडी / उन्हाळा / पावसाळ्यात काही त्रास?

**सवयी -** तंबाखू, सिगारेट, पान, अल्कोहोल, चहा, झोपेच्या गोळ्या, स्वतः औषधे घेणे

**स्वभाव विशेष**  ( कृपया प्रत्येक प्रश्नाचे **सविस्तर** उत्तर द्या ):

**व्यक्तिमत्व व स्वभाव वैशिष्ठये** –

तुमचा  स्वभाव कसा आहे ? ( अबोल / बोलका / धीट / भित्रा / काळजी करण्याचा / हळवा / संवेदनशील / कणखर /रागीट / शांत / सहनशील ....इतर काही वैशिष्ठ्ये )

तुमचा स्वभाव नम्र, नियम पाळणारा, आज्ञाधारी आहे ? कि मनमानी करणारा, थोडा विरोधी किंवा स्वछन्दी असा आहे?

तुम्ही उत्साही, कामसू, सतत बिझी असता कि तुम्ही आरामशीर, हळू काम करणारे, थोडे आळशी आहात ?

तुम्ही तुमची मतं / इच्छा व्यक्तं करता कि मनातच ठेवता ?

तुम्ही खूप संवेदनशील आहात का ? कुठल्या गोष्टी मनाला गोष्टी पट्कन लागतात ?

तुम्ही विचारांत हरवता का ? आजूबाजूला काय होतंय ह्याकडे लक्षं नसतं , स्वतः च्या तंद्रीत असता असं होतं का?

तुम्हाला कशाची भीती वाटते / आधी वाटायची? थोडी भीती ( + ), जास्त ( ++ ), खूपच जास्त भीती ( +++ )

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| तब्येत / आजारपण | आर्थिक अडचणी | मृत्यू | भविष्यकाळ |
| बंद / अरुंद छोट्या जागा | उंची | पाणी / पाऊस  | अंधार |
| एकटेपणा | भूतप्रेत | चोर | वादळ / वीज चमकणे |
| हॉस्पिटल | इंजेक्शन | रक्त | अपघात |
| प्रवास | परीक्षा/ इंटरव्ह्यू पूर्वी | लोकांसमोर बोलणे | नवीन गोष्टी |

आणखी कशाची भिती ?

तुम्हाला राग कशामुळे येतो ? राग कसा व्यक्त होतो ?

राग व्यक्त होतो कि मनातच राहून जातो ?

रागात काही संवेदना ( घाम येणे / थरथर कापणे /आवाजात कंप / रडणे/ चेहरा लाल होणे / धडधडणे  इ .. .आणखी काही ?

पूर्वीच्या गोष्टी सोडून देऊ शकता कि मनात आकस / राग राहतो ? तुम्हाला बदला घ्यावासा वाटतो का ?

तुम्हाला अपमान, ईर्ष्या, संशय, अधीरता, आत्महत्येचे विचार यापैकी काही जाणवते का? कधी ते सविस्तर सांगा

तुम्हाला एकटेपणा आवडतो कि मिळून मिसळून राहायला आवडते? ( पार्टी, पिकनिक, समारंभ इ. )? कशाप्रकारच्या लोकांमध्ये मिसळायला आवडतं ?

तुमचे काही छंद ? तुमच्या आवडीच्या गोष्टी कुठल्या ? ( वाचन, प्रवास, निसर्ग सानिध्यात वेळ घालवणे, प्राण्यांशी खेळणे, पोहणे, विणकाम, व्यायाम, ड्राइविंग, नृत्य, संगीत) त्या गोष्टी करताना कसे वाटते  सविस्तर सांगा .

तुम्हाला दुःखी, उदास कधी/ कशामुळे वाटतं ? तुम्ही दुःख कसे व्यक्त करता ?

तुम्हाला रडायला कधी येते? रडल्यावर कसे वाटते ? इतरांनी समजूत काढलेली आवडते का?

तुम्हाला एकटेपणा जाणवतो का ? कधी?

कुटुंबातील कोणाशी काही प्रॉब्लेम ? भांडण? कुठल्या कारणावरून? आत्ता किंवा पूर्वी असल्यासही , सविस्तर सांगा

तुम्हाला कामाच्या ठिकाणी स्ट्रेस किंवा तणाव आहे का ? कशामुळे ? सविस्तर सांगा

तुमच्या आयुष्यातील खूप आनंदाच्या किंवा खूप दुःखाच्या घटना? किंवा तुमच्या मनावर खोलवर परिणाम करणारी एखादी घटना ? मोठे दुःख, निराशा, करिअर किंवा वैयत्तिक आयुष्यात ?

तुम्ही वेळ पाळणे, वस्तू नीट ठेवणे, स्वच्छता याबद्दल खूप काटेकोर आहेत का ? तुम्ही नेहमी कामांचे प्लॅनिंग करता का ?

तुम्ही कुठल्या कारणाने गोंधळलेले किंवा व्दिधा मनस्थितीत आहात का?

एखादी घटना घडण्यापूर्वी तुम्हाला जाणवते का? सूचक स्वप्ने पडतात का ?

तुम्हाला निसर्ग, प्राणी, झाडं, फुलं याची आवड आहे का? कुठले विशिष्ठ प्राणी आवडतात ?

लहानपणीची एखादी घटना किंवा एखादी गोष्ट आजही मनावर परिणाम करते का?

कुठली भावना आवरणे कठीण जाते ? त्यावेळी शरीरात काय संवेदना जाणवतात?

लहानपणी तुमचा स्वभाव कसा होता ? (लाजरा, उत्साही, खेळकर, धाडसी, खट्याळ, हट्टी, लाडावलेला , आळशी, आज्ञाधारक, शांत, मनमिळाऊ, भित्रा, स्वछंदी) कुटुंबातील इतर व्यक्तींशी तुमचे नाते कसे होते ?

तुम्हाला झोपेत काय स्वप्नं पडतात? खालील यादीपैकी काही स्वप्ने पडत असल्यास ( √ ) खूण करा

|  |  |
| --- | --- |
| प्राणी - कुत्रा, मांजर, साप, कोळी, अन्य | भीतीदायक स्वप्न - भूतं, राक्षस, चोर |
| प्रवास, घोडेस्वारी, उडणे, पोहणे | निसर्ग, झाडे , फुले, बर्फ |
| मृत्यू, प्रेतं, आत्महत्या, खून, विष देणे | पाणी, बुडणे, उंचीवरून पडणे |
| वादळ, पाऊस, वीजा चमकणे, पूर  | उलट्या, लघवी, विष्ठा, संडास, रक्तस्त्राव |
| अपघात, आजार, अपंगत्व, शारीरिक इजा | दुःख, भांडण, ईर्षा, अपमान |
| पैसा, ऑफिसची कामे, विसरलेली कामे | प्रणय, शारीरिक संबंध, बलात्कार, नग्नता |
| भूक, तहान, खाणे, पिणे | बोलणे, गाणे, नाचणे, लग्न, पार्टी/समारंभ, आनंदी स्वप्ने |
| अपयश, ट्रेन/ परीक्षा चुकणे/ उशिरा जाणे | पोलीस, जेल, अटक, गुन्हा, गुन्हेगार |
| आग, गोळीबार, युद्ध, जखमा | देव, प्रार्थना, धार्मिक, मंदिर |
| व्यायाम, मानसिक/शारीरिक श्रम, थकवा | रस्ता चुकणे, धोका, पाठलाग |

कुठली स्वप्ने वारंवार पडतात का ? याशिवाय काही स्वप्ने ? स्वप्नात भीती किंवा इतर कुठल्या भावना जाणवतात का? सविस्तर लिहा

**स्रियांसाठी –** पाळी नियमित येते का ?

किती दिवसांनी ? किती दिवस ?

पाळीच्या वेळी काही तक्रारी - वेदना, खूप जास्त स्त्राव, गाठी पडणे, मळमळ, उलट्या, चक्कर येणे अशक्तपणा डोकेदुखी ... इतर काही ?

पाळीच्या आधी काही त्रास - स्तनांमध्ये वेदना, अंगावरून जाणे, अंगावर सूज येणे, चिडचिड होणे.. इतर काही ?

पाळीनंतर काही त्रास - डोकेदुखी, अंगावरून जाणे, इतर काही… कि पाळी सुरु झाल्यावर तुम्हाला आराम वाटतो ?

ताणतणाव, खूप श्रम, पाण्यात काम करणे अशा व इतर काही कारणाने पाळी अनियमित होते का ? पूर्वी झाली होती का?

कुठल्या वयात पाळी सुरु झाली ? त्यावेळी काही त्रास - खूप कमी किंवा जास्त स्त्राव , अनियमित पाळी, खूप वेदना इ.

गरोदरपणात काही तक्रारी - खूप उलट्या , रक्तस्त्राव, मधुमेह, ब्लड प्रेशर, वारंवार गर्भपात इ

तुम्हाला आपण स्त्री आहोत याविषयी कधी कमीपणा वा स्त्रीत्वामुळे काही अडचणी, काही समस्या जाणवल्या का ? लहानपणी किंवा मोठेपणी ?

**To be filled by the doctor -** Treatment required for -

Reports and tests done / advised -

Important things to remember