

Inflamação

DrPedroNeuro



Nome

Data

/

/

Este questionário identifica sintomas que ajudam a monitorar sua **inflamação**. Pontue cada um deles baseado nos **últimos 30 dias**.

- Nunca ou quase nunca tenho estes sintomas **0**
- Ocasionalmente tenho, com pouca intensidade **1**
- Ocasionalmente tenho, com grande intensidade **2**
- Frequentemente tenho, com pouca intensidade **3**
- Frequentemente tenho, com grande intensidade **4**

Trato digestivo

Náusea ou vômitos

Diarréia

Constipação / prisão de ventre

Estufamento abdominal

Arrotos ou gases

Queimação (azia) no peito

Dor estomacal / intestinal

Total

Ouvidos

Coceira

Dor de ouvido ou otites

Presença de secreção no ouvido

Zumbido ou perda auditiva

Total

Emoções

Alterações de humor

Ansiedade, medo ou nervosismo

Depressão

Total

Energia / Atividade

Fadiga ou lentidão

Apatia, letargia

Hiperatividade

Inquietude, dificuldade em relaxar

Total

Olhos

Lacrimando ou coceira ocular

Inchados, vermelhadas ou com cílios colando

Bolsas ou olheiras abaixo dos olhos

Visão borrada ou em túnel (não inclui miopia ou astigmatismo)

Total

Cabeça

Dor de cabeça

Sensação de desmaio

Tonturas

Insônia

Total

Coração

Batimentos cardíacos irregulares

Batidas rápidas demais (Taquicardia)

Dor torácica

Total

Articulações / Músculos

Dor ou inchaços nas juntas

Artrite / Artrose

Rigidez ou limitação de movimento

Dor ou inchaço muscular

Sensação de fraqueza ou cansaço

Total

Pulmões

Congestão no peito

Asma, bronquite

Respiração rápida, pouco fôlego

Dificuldade de respirar

Total

Mente

Pouca memória

Confusão, má compreensão

Dificuldade de concentração

Má coordenação motora

Dificuldade em tomar decisões

Gagueira ou incoordenação da voz

Fala arrastada

Pronúncia de forma confusa

Dificuldade de aprendizado

Total

Boca / Garganta

Tosse crônica

Necessidade frequente de limpar a garganta

Dor de garganta, rouquidão, perda da voz

Língua, gengiva ou lábios inchados, descoloridos ou pálidos

Aftas

Total

Nariz

Entupido

Sinusite

Corrimento nasal, espirros, lacrimejamento e coceira dos olhos

Ataques de espirro

Excessiva secreção nasal

Total

Pele

Acne

Feridas que coçam, erupções ou pele seca

Perda de cabelo

Vermelhidão, calorões

Suor excessivo

Total

Peso

Compulsão alimentar / álcool

Fissura por certos alimentos

Ganho de peso

Compulsão alimentar

Retenção de líquidos

Perda de peso

Total

Outros

Doenças frequentes

Aumento da frequência ou urgência urinária

Coceira ou secreção genitais

Edema / inchaço de mãos / pernas / pés

Total

Resultados

< 10

Normal

10 - 50

Inflamação

50 - 100

Inflamação moderada

> 100

Inflamação grave

Minha soma total

