



ANAMNEZ FORMU BİLGİLENDİRME METNİ

SEVGİLİ DANIŞANIMIZ;

Bu form homeopati'nin hangi detaylara önem verdiğinin sizde bir fikir oluşturması için kısaca bilgi vermesi amacıyla görüşme öncesi size gönderilmiş olup buradaki bilgiler homeopati eğitimlerim sırasında ve kendi homeopati hasta takip geçmişimle oluşturduğum bir form olup asla tam değildir. Çünkü her insan kendine özel, biricik ve tektir. Ancak belli ortak kesişim noktalarımız olduğu gözlenmiştir. O yüzden bu formdaki bilgiler görüşmeler neticesinde şekillenmiş olup formu doldururken bu formda olmayan bir bulguya veya rahatsızlığa veya mevcut yazılı hastalıklardaki ek bir farklı detaya veya özelliğe sahipseniz lütfen formun hastalığınızla ilgili bölümüne ek olarak veya formun son kısmına ilave olarak belirtiniz.

Aile bireylerindeki hastalıklar bölümünde sık görülen hastalıklar yazılmış olup bunlardan hariç farklı bir hastalık mevcut ise lütfen ayrıca belirtiniz. Aile bireylerinden de gerekirse bilgi alıp bu bölümün tam olması için özen göstermeniz sizin ve sizden sonraki nesliniz ve belki de insanlığın sağlığına kavuşması için, sahip olunan hastalıklardan genel algoritmalara ulaşmama yardımcı olacaktır.

0-17 yaş çocuk vakalarda gebelik kısmında anne çocuğa olan hamileliğindeki detaylardan ve yaşanan hastalıklardan bahsedecektir.

Homeopatik tedavide sizin kelimelerinizle yazdığımız tanımlamalar daha anlam ifade ettiği için bunun bir test çözme formu olmadığını, canlı bir form olduğunu bilip o şekilde doldurmanız tedavinizdeki değerlendirmemizde daha doğru tedaviye kısa sürede ulaşmamıza yardımcı olacaktır. Kendinizi en doğal halinizle ifade etmekten çekinmeyiniz. Doğallık homeopatideki en önemli kavramdır.

Sağlıklı olmak yönünde bütüncül bakış açısına sahip olmak homeopatinin özüdür. Ve bu bütünlükte; zihin- beden- ruh üçlemesindeki vermiş olduğunuz tüm detaylı veriler sizleri iyileştirecek remediye en kısa sürede ulaşmanın özünü oluşturacaktır bunu hatırlayın.

Form doldurulduktan ve tarafımıza iletdikten sonra en kısa sürede form detayları ile ilgili özel olarak görevlendirilen asistan tarafından ilk görüşmeniz yapıp (yaklaşık 1-1.5saat) sonrasında doktor hanım tarafından görüşme öncesi form değerlendirildikten sonra doktor görüşmeniz sağlanacaktır. Bu nedenle formun en kısa sürede doldurulup tarafımıza iletilmesi önemlidir.

Sağlığınıza en kısa sürede ulaşmanız dileğimle verdiğiniz bilgiler için şimdiden teşekkür ederim.

Uzm. Dr. NESLİHAN GÜLMEZ

Kardiyoloji Uzmanı- Homeopati Uzmanı



DR. NESLİHAN GÜLMEZ
KARDİYOLOG- HOMEOPAT
HOMEOPATİ HASTA ANAMNEZ FORMU (Kadın- Kız çocuk)

Ad – Soyad: Tarih:
Doğum tarihi / yeri:
Medeni hali (Evli, Bekar) :
Evlilik tarihiniz 1.Evlilik: 2.Evlilik:
Boşanma tarihi:
Öğrenim Durumu: Meslek:
Kan grubu: 0rh+ / 0rh- / Arh+ / Arh- / Brh+ / Brh- / ABrh+ / ABrh-/
Boy / Kilo: Bugüne kadar olduğunuz maksimum kilo? / Ne zaman?

*Homeopati tedavisini nereden duydunuz? Neden tercih ettiniz?
*Daha önce homeopati tedavisi gördünüz mü? Kullanılan remediler?
*Geliş şikâyetiniz nedir? İlk olarak neyin düzelmesini istiyorsunuz?

***ALIŞKANLIKLARINIZ:** Ne zamandan beri, ne kadar? Sizde olumlu / olumsuz etkisi?

-Sigara
-Alkol
-Kahve
-Çay
-Diğer içecekler(kola, gazoz, soda, Ice tea...vb)
-Madde / Kumar/ bahis oyunları bağımlılığı?

* Kullandığımız ilaçlar (tansiyon, şeker, doğum kontrol, vb.)?
*Geçirmiş olduğunuz ameliyatlar? Ne zaman? Ameliyatta veya sonrasında sorun oldu mu?

-Bebeklikte yürümede, konuşmada, büyümede, bingıldak kapanmasında gecikme oldu mu?
-Sık hastalanma hikâyeniz var mı?(Bademcik, Sinüzit, Farenjit, idrar yolu, otit vd.)
-Suçiçeği, sarılık, kızamık, kızamıkçık, boğmaca, kabakulak, 5-6.hastalık vb geçirdiniz mi?
-En son ateşli hastalık ne zaman geçirdiniz? Detay belirtiniz.

-Bir hayvan tarafından ısırılma oldu mu?(Arı, böcek, yılan, köpek...vd) Ne zaman? Nereden?
-Standart aşilar, Hepatit, kuduz, sıtma vd. Ek aşı oldunuz mu?
-Bir aşı reaksiyonu yaşadınız mı? (Ateş, döküntü, abse, alerji vd.)
-Herhangi bir yiyecek, ilaç (antibiyotik- demir hapı vb) ile kabızlık- ishal- mide yanma- ateş- allerji- döküntü- abse vb hikayesi var mı?
-Daha önce yapılan kan tetkiklerinizde bu güne kadar karşılaştığınız anormal bir sonuç bulgusu ve patolojiler aldınız mı? (vit-d, B12, eksikliği, insülin direnci, vb.) Hangisi idi?
- Anemi (kansızlık) hikâyeniz var mı?
- Hormonların bozulma hikâyeniz (prolaktin, Gh, vb.) oldu mu?
-Trafik kazası? Düşme? Kafayı arkadan / alından / çeneden çarpma hikayesi?
-Kafa vb. travmalar sonrası ciddi bir sorun yaşadınız mı? (Şuur kaybı / Yoğun bakım vd.)
-Ayak burkulması?
-Solaklık var mı?

***Çocuklarınız:** Doğum yılı / şekli / cinsiyeti? Ameliyat veya Hastalıkları var mı? (fimosiz, inmemiş testis, kardiyak, böbrek, kabızlık, ishal, cilt hastalığı, idrar yolu enfeksiyonu, bademcik, kulak enfeksiyonu vb) ne kadar emzirdiniz? Kolay mı hamile kaldınız? / Veya Tedavi ile mi? / Düşük? Düşük riski hikayesi? Erken doğum riski (7 aylık vb..) Dış gebelik? / Kürtaj?(Tıbbi neden mi -kendi isteğiniz mi sebebi?)

1.
2.
3.

***Gebelik döneminde;**

-Bedende fiziksel değişiklik veya hastalıklar oldu mu? (Uyku problemi, Depresyon, Cilt problemi, Kabızlık– ishal- hemoroid- varis, Burun kanaması, Vajinal enfeksiyon, İdrar yolu enfeksiyonu vb)

-Bir şeye karşı aşırı istek, tiksinti, yenmeyecek gıdalara istek?

-Bulantı, kusma,(varsa kaç ay?)

*Doğum sonrası ne zaman adet gördünüz?

*Emzirirken susama oldu mu ?

***AİLE HİKAYESİ: aşağıdaki hastalıklardan yakınlarımızda olanları aile bireylerinin karşlarına ekleyiniz.**

Kanser, Verem, astım, kalp krizi, tansiyon, bypass, diyabet, kabızlık, ishal, hemoroid, safra taşı, mesane sarkması, böbrek yetmezliği, prostat, sistit, böbrek taşı, egzama, mantar, sedef, Felç, Demans, Alzheimer, Parkinson, Epilepsi, Ms, romatizma, baş ağrısı, depresyon, şizofreni, bipolar, cinsel yolla bulaşan hastalıklar, Karaciğer hastalığı, Gözlük kullanımı(sebebi)Saçta erken beyazlama kellik, sigara-alkol- madde vb alışkanlıklar, burun kanaması? Anne-baba boşanma hikayesi? Sakatlık? İntihar? Göçmenlik hikayesi? Covid 19?

***ANNE:** Doğum yılı? Sağ / Ölüm yılı? Hastalıkları? Meslek?

***BABA /** Doğum yılı? Sağ / Ölüm yılı? Hastalıkları? Meslek?

* **Kardeşleriniz?** (doğum yılı, cinsiyet, öldüyse nedeni? Hastalıkları?)

- 1.
- 2.
- 3.

*Annenizin size olan gebelik döneminde yaşanan bir durum var mı?

Aşağıdaki yakınlarımızda hepsi için; Sağ veya Ölüm yılı? Hastalıkları vb Detaylı yazınız.

Anne tarafı: Anneanne:

Dede:

Teyze /Dayı:

Baba tarafı: Babaanne:

Dede:

Hala /Amca:

***CİLT (cevabınız evet olanları lütfen detaylı açıklayınız? Yeri? Zamanı? Şekli? vb)**

-Uçuk? (Dudak: alt - üst – köşe, dil, burun, yüz, ağız, genital bölge, gövde, kol, bacak ...) En son ne zaman?

Çoğunlukla çıktığı bir durum? (Korku, üzüntü, Ateşli enfeksiyon, Adet öncesi...)

-Siğil ?(genital bölge / el parmaklar / avuç içi / el üstü / ayak tabanı / ayak parmaklar/ makat...)

-Ben? (kırmızı – kahverengi – saplı)

- Yüz bölgenizdeki bulunan belirgin olan benlerinizin yerleri?

-Alınan benlerinizin yerleri?

-Arpacık?

-Aft? (Diş eti/ damak/ yanak/ dudak içi/ dilaltı/ dil üstü/ dil kenarı/ dil ucu) En son ne zaman?

-Apse?

-Çıban?

-Dolama?

-Çil?

-Kahverengi lekeler / beyaz lekeler? / Vitiligo / Doğum lekesi

-Sarılık geçirdiniz mi? (hepatit A-B-C?)

-Morarmalar / peteşi / ekimoz / hematom

-Sivilce / Akne?

-Komodon?

-Skar- keloid?

-Mantar? (Ayak mantarı, temriye vd.)

-Egzama?

- Döküntülü hastalık? Kaşını?
- Terle döküntü hikayesi?
- Deri döküntüsü?
- Uyuz?
- Sedef?
- Zona?
- Lipom?
- Ürtiker?
- Milia?
- Yanık?
- Nasır?
- Dermografizm?
- Saçta konak hikayesi?
- Pişik hikayesi?
- Ciltte Çatlak (gebelik- şişmanlık kaynaklı)? Topuk / el / dudak?
- Yanak ısırmanız var mı? (yemek yerken, uyurken, konuşurken, tik olarak?)
- Dudak ısırmanız var mı?
- Kendinizi veya başkasını ısırma hikayesi?
- Herhangi bir nesneyi bardağı, kıyafetlerini ısırma bir şeyleri yırtma, yolma, koparma, kesme vb. hikayeniz var mı?
- Sivilce yolma sıkma hikayesi?
- Parmak emme hikayeniz var mı?
- Gıdıklanma var mı?
- Burun karıştırma hikayeniz var mı?

***TIRNAK**

- Tırnak yeme var mı?
- Tırnak batması?
- Tırnak düşmesi? (spontan? travma sonrası?) Hangi tırnak? Ne zaman?
- Şeytan tırnağı?
- Tırnaklarda kalınlaşma / Soyulma / Kırılma / şekil / renk bozukluğu? Hangi tırnak?
- Tırnak mantarı?

***SAÇ / KIL**

- Saç dökülmesi? / Seyrekleşmesi? (önden, yandan, tepeden, arkadan?)
- Saç kepeklenme?
- Yağlı saç?
- Bitlenme?
- Pirelenme?
- Saç kıran (alopesi areata) / tüm vücut kıl kaybı/ ek...
- Kaş, Kirpik problemi?
- Saç çekme / kaş – kirpik koparma yaşadınız mı?
- Saç- kirpik- kaşla oynama?
- Kıllanma problemi? (sırt? Yüz? Meme ucu vb)
- Pilonidal sinüs(Kıl dönmesi)?
- Saç yapısı (kıvrırcık-dalgalı-düz)?
- Saçta erken beyazlama?

***GÖZ (tek gözde sorun yaşandıysa hangi göz lütfen belirtiniz)**

- Miyop (uzak)? Ne zamandır?
- Hipermetrop (yakını görme sorunu)
- Astigmat?
- Presbiyopi (yaşlılıkla oluşan yakını görme problemi)
- Gözlük kullanımı? Lens (Neden lens?)
- Gözlük numaranız kaç? Kaça kadar değişti?
- Göz rengi değişikliği?

- Çift görme?
- Görme kaybı (üstten, alttan, yarım nokta, orta)?
- Göz kapağı düşüklüğü?
- Göz kayması
- Glokom (göz tansiyonu)?
- Sık göz kırpma?
- Nistagmus?
- Çapaklanma?
- Yaşarma?
- Kaşıntı?(iç/dış)
- Ağrı? (Yanma-batma vb)
- Kızarıklık, Kuruluk?
- Şişlik?
- Üveit sağ/sol?
- Kırmızı göz sağ/sol?
- Şaşılık sağ/sol?
- Renk körlüğü?
- Göz yaşı kanalı problemi?
- Retina / Kornea / konjonktiva problemleri? (Katarakt vd.)
- Göz altı torbaları?
- Diğer?

***KULAK (sorun tek kulakta olduysa lütfen hangi kulak belirtiniz)**

- İşitme problemi? Ne zamandan beri? Ne kaynaklı?
- Çınlama(Tinnitus) (Detay?)
- Akıntı? (Renk? Detay?)
- Kaşıntı/ egzama / sedef vb?
- Tıkanıklık?
- Orta kulak iltihabı?
- Kulak zarında delik?
- Kireçlenme?
- Kulak kiri?

***BURUN (sorun tek taraflı oldu ise lütfen sağ veya sol burun deliği belirtiniz)**

- Sinüzit?
- Burun kanaması?
- Burun tıkanıklığı?
- Koku kaybı? Azalması?
- Koku hassasiyeti?
- Burunda kabuklanma?
- Burun kemiği eğriliği?
- Nazal polip?
- Geniz eti?
- Geniz akıntısı?
- Alerjik rinit/ Bahar nezlesi? (hapşırık, kaşıntı, sulu burun akıntısı, burun tıkanıklığı) detay?
- Diğer alerjik durumlarımız (Ev ve toz akarı , hayvanlara karşı kedi, köpek, arı, böcek, kimyasallar ,nikel ,lastik ,kauçuk tarzı maddeler, mantar, küf, imitasyon ,altın ,gümüş takılar vb.) var mı?

***TİROİD**

- Şikayet olarak sizde ne bulgu yaptı? Veya Tesadüf mü tespit edildi?
- Nodül var mı? (Sağ/sol)
- Hipertiroidi?
- Hipotiroidi?
- Haşimato?
- Guatr?

***AĞIZ / DİL / DİŞLER / BOĞAZ**

- Diş apsesi? Hangi diş?
- Çekilen dişiniz var mı?
- Çürük? Ne zamandan?
- Dolgu? Hangi dişlerde?
- İmplant / Köprü? Takma diş? /Kaplama?
- Diş teli hikayesi?
- Diş kırılma?
- Dişetlerinde kanama, çekilme?
- Epulis(diş eti lezyonu)?
- Ağız kokusu? Ne zaman? Nasıl bir koku?
- Diş lekelenmesi?
- Dilde diş izi?
- Dilde çatlak?
- Harita dil?
- Tat kaybı? Azalması?
- Ses kısıklığı?
- Ses tellerinde nodül/polip?
- Bademcik -Farenjit vb hikayeniz var mı?
- Diş sıkma/ diş gıcırdatma?(uykuda ,stresle, tik olarak,..vb)
- Çene eklemi problemi?

***KALP;**

- Kalp krizi?
- Kalp yetmezliği?
- Göğüs ağrı?(detay?)
- Çarpıntı? (detay?)
- Tansiyon yüksekliği/ düşük? Ne zamandan beri? Ne bulgu yaratıyor?

***AKCİĞER**

- Astım / Bronşit / Koah / Verem?
- Nefes darlığı? (detay?)
- Öksürük? Kuru / Balgamlı (ne renk? Ek detay?)

***MİDE/ BAĞIRSAKLAR**

- Mide ağrı, şişkinlik, hazımsızlık, yanma, ekşime, geğirme, öğürme, bulantı, kusma?
- Reflü? Ülser? Gastrit?
- Endoskopi/ kolonoskopi hikayesi var mı?
- Mide kanaması?
- Safra taşı? Polip? Çamur?
- Karaciğer hastalığı hikayeniz veya probleminiz var mı?
- Dışkılamanız genelde günün hangi saatlerinde?(sabah/ öğlen/ akşam)
- Dışkılama yemeklerden sonra/ her gün/ gün aşırı / 10 günde bir vb)
- Kabızlık veya ishale mi yatkınsınız? Çocukluktan beri mi?
- Dışkılama sert, keçi-koyun pisliği gibi?
- Çıkartmak için parmak desteği alıyor musunuz?
- Lavman? / Müshil hikayesi?
- Ne iyi / Ne kötü geliyor? (çay, kahve, sigara, kayısı, hurma, mısır, sebze vb.)
- Dışkılama sırası veya sonrası kanama, ağrı?
- Dışkılama sonunda bitmemiş hissi var mı?
- Utangaç dışkı(çıkışta geri kaçması)?
- Hemoroid (basur)? Kanama? Ağrı?
- Makatta çatlak? Fistül?
- Rektum prolapsus?
- Bağırsak parazitleri(kıl kurdu, solucan, tenya)oldu mu?
- Seyahat kabızlığı/ ishali var mı?
- Ev dışında dışkı yapmama sorununuz var mı?
- İshal geçirdiyeniz, detayı?

- Tifo?
- Dizanteri?
- Gıda zehirlenmesi?
- Gaz dan zehirlenme?
- Obezite, Şişmanlık hikayeniz var mı?
- Diyabet hikayeniz var mı?

*GIDALAR

- Şikayet yapan var mı? (soğan- sarımsak- acı- hamur işi- süt ve süt ürünleri baklagiller- salatalık- çiğ sebzeler- mısır vb...)
- Tatlı, Tuzlu, Acı, Ekşi arasından en öncelikli tercihiniz ne olur?
- Tercihiniz; -Tatlı ise: sütlü tatlılar/ şerbetli tatlılar/ çikolata?
 - Tuzlu ise ilk ne aklınıza gelir?
 - Ekşi ise ilk ne aklınıza gelir?
- Et/ sebze/ hamur işi; hangisi ilk tercihiniz olur? (Sağlık açısından engeliniz olmadığında)
 - Et tercihiniz ise: kırmızı- beyaz- balık tercihi var mı?
- Hiç yemedim / çocukluğumda yedim şimdi sevmem / çocukluğumda yemezdim şimdi severim dediğiniz var mı? (patlıcan, biber, bamya, mantar, baklagiller, enginar, erik, sakatat, ciğer vb)
- Süt ve süt ürünleri ile ilgili probleminiz oldu mu?
- Yumurta ile ilgili probleminiz oldu mu?
- Yemeyecek gıdalara istek hikayeniz var mı? (toprak, kum, beton, cam, vb)

*SU

- Susayan bir beden misiniz? Değişiklik oldu mu?
- Soğuk su?/ Normal ısıda?
- Gece su içme alışkanlığı?
- Gece susama?(Ağız kuruluğundan su içme ihtiyacı)
- Soğuk su dokunur mu?

*BÖBREKLER, İDRAR YOLLARI VE MESANE

- Kum dökme/ Taş düşürme/ Kanlı işeme oldu mu?
- Mesane düşüklüğü / sarkması?
- İdrar yolu enfeksiyonu(sistit) hikayesi? (Cinsel ilişki ile ilişkilimi?)
- Nefrit? (böbrek iltihabı?)
- Böbrek kisti (sağ/sol) var mı?
- Alt ıslatma / idrar kaçırma-Dışkı kaçırma problemi yaşadınız mı? Kaç yaşına kadar? Detay? (ilk uykuda / rüya ile / sabaha karşı / gündüz / hapşurukla / öksürünce vd.)
- Evden dışarıda (idrar / dışkı) için tuvalete girememesi sorununuz var mı?

*GENİTAL BÖLGE / ADETLER

- İlk adet ne zaman?
- Düzenli mi? Kaç gün sürer? Kaç günde bir?
- Düzensizlik oldu ise ne zaman, neden, nasıl? hayatınızda ne oldu?
- Mevsim geçişlerinde adet düzensizliğiniz oluyor mu?
- Kanın rengi, miktarı, pıhtı olup olmadığı?
- Dismenore (ağrılı adet) var mı? Adet kanaması arttıkça ağrı azalıyor mu/ artıyor mu?
- Ara kanama problemi?
- Son adet tarihiniz?

*Aşağıdaki şikayetler varsa adedinizin hangi döneminde yaşıyorsanız özellikle en belirgin yaşadıklarınızı belirtiniz.

ADET ÖNCESİ Mİ? ADET SIRASI MI? ADET SONRASI MI?

(Bulantı, kusma, İshal, Kabızlık, Karında gaz hissi, Depresyon, Gerginlik, Ağlama krizleri, Konsantrasyon azlığı, sakarlık, Çarpıntı, Baş ağrısı, baş dönmesi, Uykusuzluk, Uykululuk, Sıcak ateş basması, Terleme, Üşüme, Bayılma, Karında Şişkinlik, Göğüsler şişlik, Bel ağrısı, bacak ağrısı, sırt ağrısı, kasık ağrıları, Yüzde sivilce, İştah artışı veya azalması, tatlı isteği, Ödem, Yorgunluk, Göz problemleri vb...)

***Vajinal akıntı şikayetiniz hiç oldu mu? Varsa, Çocukluktan berimi?**

- Akıntı rengi nasıldı? (şeffaf, sarı, beyaz, yeşil, kahve, kırmızı)
- Kokulu akıntı şikayeti? Koku neye benziyordu?
- Kaşıntılı akıntı oldu mu? Ne zaman?
- Cinsel ilişkiyle bu şikayetleriniz bağlantılı mı?

- Miyom, Kist, PCOS, Mantar, Genital siğil-Genital döküntü, kaşıntı- Rahim ağzı yara, CIN1-2, Rahim düşüklüğü vb. için tedavi hikayeniz var mı?
- Menopoza girdiniz mi? Kaç yaşında? Şikayet var mı?(Ateş basması, ter, vajinal kuruluk, libido kaybı, sinirlilik, vb.)

***MEME(sorun hangi tarafta ise lütfen belirtiniz)**

- Mastit- memeden süt gelme hikayeniz var mı?
- Kist, apse vb hikayeniz var mı?
- Estetik operasyon hikayeniz var mı?

***CİNSELLİK**

- Cinsel ilişki sırasında ağrı, kuruluk, kanama?
- İstek / İsteksizlik?
- Mastürbasyon?
- Cinsel yolla bulaşan hastalıklar? (gonore, hpv vb?)
- Korunma yönteminiz (spral, hap, doğal vb.) hangisi?

***EKLEM / KAS / KEMİK PATOLOJİLERİ**

- Skolyoz / Kifoz (Kambur) / Osteoporoz / Varis / Topuk diken / Bel - Boyun fıtığı/ Kasık fıtığı/ göbek fıtığı /Hallux valgus? Eklemlerde çıtırdama?
- Herhangi bir eklem vb de ağrınız varsa; ne zaman başladı? Nerede? nasıl bir ağrı? Ne ile artıyor / azalıyor? sıcak-soğuk etkileşimi, hava durumu vb.? Varsa detaylı yazınız.

***NÖROLOJİK PROBLEMLER**

- Alzheimer/ Demans/ Parkinson/ Multipl skleroz(MS)/ Epilepsi(sara)/ Felç / Anevrizma?
- Kramplar / Tikler / Seğirmeler?
- Yüz felci?
- Ellerde titreme?
- Uyuşma?
- Postherpetik nevralji? (zona sonrası ağrılar?)
- Huzursuz bacak sendromu?
- Vücudun herhangi bir bölgesinde yanma(Ayak, kollar, bacaklar vb)?
- Taşıt tutma (kara ve deniz taşıtları vb.) gibi şikayetiniz oldu mu?
- Baş dönmesi (Vertigo) Nasıl?
- Bayılma (senkop)?

***Baş ağrısı? (Migren vd)**

- Ne zaman başladı?
- Ne sıklıkla?
- Nasıl bir ağrı? (Zonklama – batma – çivi çakılır gibi vd....)
- Hangi bölgede?
- Ne ile artıyor? / Azalıyor? (Işık(yapay-güneş) / ses / koku / açlık / alkol / kahve / çay / uykusuzluk / uyku / başı bağlama / baskı uygulamak / masaj / rüzgarda / karanlıkta yatmak / Baş- Göz hareketi/ buz / sıcak su torbası vb....)
- Bulantı/ kusma vb. eşlik ediyor mu?
- Aura var mı? Detayı? (Görme bulanıklığı, renkli, ışıklı, titrek vd.)
- Ağrı sırasında dikkatinizi çeken ek bulgu varsa yazınız? (ağrı ile aynı anda dışkılama / işeme isteği / vaginal akıntı artışı vb??...)

*** TERLEME –ÜŞÜME**

- Üşüyen biri misiniz? Çocukluktan beri değişiklik oldu mu?
- Terleme var/ yok? , miktarı az / çok?
- Terleyen bölgeler? (baş, yüz, bıyık, ense, el avuç içi, ayak tabanı? vb)
- Ne zaman? (gece- gündüz- uykuda- en ufak hareketle? vb)
- Teriniz kokar mı? (ekşi vd.)
- Teriniz leke bırakır mı? (sarı, yeşil, mavi, siyah, beyaz vb)
- Yıkama isteği nasıl?
- Temizlik / Titizlik algınız nasıl? (Çamaşır suyu çok kullanır mısınız?)

*UYKU

- Uyku Saatleri / geç uyuma / geç uyanma
- Kolay uykuya dalma / dalmama / sebebi? (düşüncelerden vd.)
- Uyandıktan sonra uykuya dalmada zorlanma / hiç uyuyamama?
- Uyku ile sorun yaşadığınız bir dönem oldu mu? Neden kaynaklı?
- Gece uyanma var mı? Varsa hangi saat? Nedeni: işeme için, korkulu rüyayla, ağrıyla, öksürükle, ateş basması vd...
- Dinlenmiş uyanıyor musunuz?
- Siesta(öğlen uykusu) var mı?
- Uykunuz hafif mi? Ağır mı? En ufak bir sese uyanma?
- Uyurgezerlik?
- Üzerini örtme / örtmeme? Ayağınızı yorgan dışına çıkarıyor musunuz?
- Uyku sırasında ağlama / gülme / konuşma / Bağırma?
- Horlama?
- Uyku apnesi?
- Ağız açık uyuma?
- Uykuda salya akışı?
- Tercih ettiğiniz uyuma pozisyonu? (Sağ yan / sol yan / sırt üstü / yüzükoyun / (diz dirsek-secde pozisyonu)
- Tercih etmediğiniz uyuma pozisyonu? Neden?
- Çocuklukta Sallanarak uyuma hikayeniz var mı?
- Kapıya dönük yatma / yatamama / sebebi?

*RÜYALAR

- Tekrarlayan / hatırladığınız rüyanız var mı?
- En son gördüğünüz rüya nedir?
- Karabasan, Kabus görür müsünüz? İçeriği?

Aşağıdaki rüya içeriklerinden gördüklerinizi işaretleyiniz:

Düşmek- uçmak- yüzmek Hayvanlar: kedi- köpek- at- vahşi hayvanlar- yılan-Hırsız- korkulu- hayalet- düşmanlar- düşmandan kaçma- savaşma- hayvandan kaçma-yılan Seyahat etme- deniz- nehir- dalgalar- tusunami- kirlı sular- tehlikeli sular- sel- fırtına- şimşek- kar- yağmur- yangın göle atlama Evler- ağaçlar- orman- şehir - Ölmüş ebeveynler- akrabalar- yabancı kişiler- intihar-Aç olmak- susamak- çişi gelmek- işemek- dışkılamak- tuvalet aramak- tuvalet bulamamak- tuvaletin kapısı- duvarı yıkık-Araba sürmek- kaza- bayır inmek- bayır çıkmak- freni tutmamak- arabayı bulamamak. Renkli objeler (daha çok hangi renk rüyalarda mavi- sarı- kırmızı- yeşil- mor- siyah- beyaz) Günlük rüyalar: iş veya aileyle ilgili-Eski çocukluğun geçtiği ev- köy vb-Eski tanıdıklar- eski sevgili- ebeveynler- aile üyeleri- çocuklar-Cinsel içerikli, romantik, homoseksüellik içerikli, çıplak olduğunu görmek, taciz- Başarısız eforlar; kapıyı bulamamak, çıkışı bulamamak, yakınlarını kaybetmek, çanta kaybetmek, terlikle olduğunu görmek, ayakkabısız görmek, sınava hazırlanmamış olmak, mezun olmamış olmak, sınavı kaçırmak, treni- otobüsü kaçırmak-Kan aktığını- hastalık- dişlerin dökülmesi- saçın kesilmesi- saçın uzaması -Dans etmek, şarkı söylemek, dua etmek, namaz kılmak, dini yerleri görmek - Allah'la- peygamberle- meleklerle- evliyalarla konuşmak-Kıskançlık- öfke- sevgi- Haberci rüyalar

*KORKULAR

- Yükseklik, karanlık, kapalı alan, açık alan, köprü, Asansöre binme, yakınlarınızı kaybetmek, hastalanmak, iğne, ölmek, hava koşulu, dolunay etkilenmesi (fırtına, gök gürültüsü, şimşek, sis vd.), yılan, böcek, örümcek, köpek, kedi, başarısız olmak, gelecek kaygısı / korkusu vb...

-Ya da çocukken korkardım şimdi yok, çocukken korkmazdım şimdi var dediyiniz?

***PSİKİYATRİK VE PSİKOLOJİK PROBLEMLER**

-Obsesif – Kompulsif (tekrarlayan davranış ve düşünce) bozukluklar?

-Algısal bozukluklar? (Görsel, işitsel halüsinasyon)

-Depresyon, Bipolar bozukluk?

-Dikkat eksikliği ve hiperaktivite?

-Anksiyete / Panik atak?

-Kekemelik?

-Yeme bozuklukları (Anoreksiya , Bulimya)?

-Ritüelistik davranışlarınız var mı? (plakaları 3e bölme, rakamları toplama vb)

-Öfke anında, Küfür, yumruklama, tekmeleme, tükürme, bir şey kırma, fırlatma, vb Yaşadınız mı?

-Herhangi bir yaşadığınız ağrı sırasında nasıl bir ruh hali içinde oluyorsunuz?

-Cinsel problemlerden sonra yaşanan psikolojik bozukluklar? (Taciz / tecavüz vd)

*** KARAKTER ANALİZİ / ÖZGEÇMİŞ; Çocukluğunuzdan bu güne kadar**

Kişilik yapınızı, sizin için travmatik veya sizi etkileyen olaylar, bu durumla nasıl tavır ve duygu durumlarında olduğunuzu yazınız.