

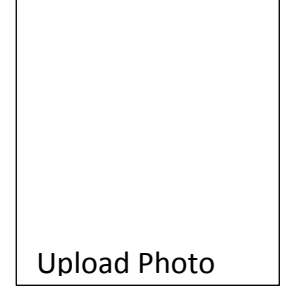
Dr. Pranita Endait

BAMS, PGPP Pune,
CGOCCH, MSc Nutrition Mumbai

Reg No : A41356-I

Email : nutrivied2017@gmail.com

Mobile:9158818989



दिनांक-

नांव-

पत्ता -

वय -

व्यवसाय -

मोबाईल नं -

ई-मेल -

कामाची वेळ -

वाहन प्रवास -

कामाचे स्वरूप - बैठे / दगदगीचे / बौद्धिक / मानसिक / ताणाचे/

वातानुकुलीत / गरम -

पती / वडिलांचा व्यवसाय -

निदान / Diagnosis-

प्रमुख त्रास/वेदना	लक्षणे.	कालाव धी	कशाने वाढते	कशाने कमी	Grade +/++/+++
१.					
२.					
३.					
४.					

वर्तमानव्याधीवृत्तांत(आजार कसा व कधी सुरु झाला व सध्या
आजाराचे स्वरूप कसे आहे,आधी कोणते उपचार घेतले आहे)-

पूर्व व्याधी वृत्तांत / चिकित्सा -
(पूर्वी झालेला आजार व त्याची चिकित्सा)-

कुलज वृत्तांत (घरातील कोणास सारखाच आजार आहे का?)-

सामान्य परिक्षण -

रक्तदाब / Bp -

आकृती -स्थूल/कृश/मध्यम-

जिह्वा -पांढरट/ पिवळट थर आहे का?-

तोंडाला चव असते का -

भूक व्यवस्थित लागते का?-

जेवण जाते का?-

देहोष्मा / Temperature -अंग गरम / थंड वाटते का?-

दृक / नेत्र -पाणी / स्त्राव/ आग होणे/पिवळट/ लालसर-

देहभार / Weight -

मल - मात्रा (अल्प /मध्य /प्रभुत)-

वेग - वेग / दिवस

संहनत्व (घन / पातळ / भसरट) -

वर्ण (पित्त/ कृष्ण /भसरट) -

रक्तस्त्राव - (अल्प /अधिक / नाही) -

असल्यास मलप्रवृत्ती (अगोदर / होत असताना /नंतर)

साम / निराम (मल पाण्यात तरंगतो / बुडतो का ?

मुत्र - मात्रा - वेग / दिवस

रात्री - वेग

गंध -

वर्ण - (श्वेत / पित्त / पिवळसर / गढुळ / लालसर)

स्वेद (घाम)- (१२ महिने / फक्त उन्हाळ्यात / शारिरीक काम केल्यावर)

इतरांपेक्षा अधिक / इतरांएवढेच / कमी

तळपाय - तळहातांना अधिक येतो का? - होय / नाही

मनोवह स्त्रोतस -

निद्रा - (गाढ / नेहमी मोडते)

झोपमोड झाल्यावर पुन्हा झोप लागते - होय / नाही

दिवास्वाप(दिवसा झोप) - होय / नाही

असेल तर - तास जेवणानंतर

स्वप्न - अधिक / मध्यम / अल्प

स्वप्नविशेष -

इतर - झोपेत दात खाणे / मुत्रप्रवृत्ती करणे / बोलणे / चालणे

मानस भाव -

आजारापुर्वी (१ ते ६ वर्षापर्यंत) काही मानसिक आघात झाला होता का? - होय / नाही

झाला असेल तर त्याचे स्वरूप - तीव्रता (१/ २ / ३ / ४)

घरातले किंवा कामाच्या ठिकानावरील वातावरण सामंजस्य /

ताणतणावाचे / संशयी / द्वेष / मत्सर इ. आहे का?

या आजारापुर्वी अनेक वर्षे मानसिक ताण / चिंता / भीती / नैराश्य इ. गोष्टी घडल्या असतील तर

स्वरूप -

कालावधी - तीव्रता (१/ २ / ३ / ४)

रूग्णाचा स्वभाव

हळवा/ रागीट / कुथने / संशयी / काळजी करण्याचा / महत्त्वकांक्षी / मत्सरी

राग लवकर येतो का ? - होय / नाही

आल्यास व्यक्त होतो का - होय / नाही

सध्याच्या आपल्या स्थितीबद्दल जीवनात समाधानी आहात का?(

आर्थिक/ सामाजिक / कौटुंबिक) - होय / नाही

नसेल तर कोणत्या बाबतीत ? का ?

परिस्थिती बदलण्याचा प्रयत्न करता का ? - होय / नाही

पुर्वीचा अपराधीपणा जाणवतो का ? - होय / नाही

मनाविरुद्ध तडजोड करण्याची तयारी असते का ? - होय / नाही

असल्यास किती त्रास होतो — १/२/३/४/५

एकटेपणा जाणवतो का? - होय / नाही

गोंधळल्यासारखे वाटते का ? - होय / नाही

सतत दुसऱ्याशी तुलना करण्याची सवय आहे का ? - आर्थिक /

सामाजिक / कौटुंबिक

असल्यास कमीपणाची भावना उत्पन्न होते का ?

कर्मेन्द्रिय-

वाणी - अस्पष्ट / अडखळणे / आवाज न निघणे / आवाज काढताना

त्रास होणे व इतर

हात - हात दुखणे / हातात वाकडेपणा / हाताला सुज / हाताळला

मुंग्या / हाताला खाज

पाय - पायाला सुज / पायात वाकडेपणा / पायाला सुज / पायाला
मुंग्या / पायाला खाज व इतर
गुद - गुदस्राव / गुद भागी खाज / गुदशैथिल्य

ज्ञानेंद्रिय -

कर्ण - कर्णस्राव / कर्णबाधिर्य / कर्णकंडु / कर्णशूल / कर्णग्रंथी इतर

नेत्र - नेत्रस्राव / नेत्रकंडु / नेत्रशूल / दृष्टीमांद्य / अंध्यत्व / वर्ण

इतर -

टी.व्ही - तास (दररोज / कधीतरी)

कॅम्प्युटर - तास (दररोज / कधीतरी)

मोबाइल - तास(दररोज / कधीतरी)

वाचन -

जीभ - रसज्ञान कमी होणे / जिह्वा जड / जीभ बाहेर येणे / हालचाल मंद
होणे

नासिका - नासास्राव / नासारुद / गंधज्ञान कमी होणे / इतर

त्वक् - रूक्षता / व्रण / दग्ध व्रण / कंडु

व्यसन -

सुपारी / पान / तंबाखु / बिडी / सिगारेट / मद्य/बडिशेप/गुटका

इतरसवयी - दगड खाणे / माती खाणे / नख खाणे

दिनचर्या -

सकाळी उठण्याची वेळ -

चहा / कॅफी /दुध / अन्य - कप

सकाळी उठल्यावर उत्साह असतो / नसतो -

व्यायाम असतो / नसतो -

असल्यावर कोणत्या प्रकारचा-

स्नान - वेळा (गरम / गार पाणी)

शिरस्नान - वेळा (गरम / गार पाणी) / आठवड्यातून

भुक - लागते /लागत नाही / कधी चांगली / कधी नाही

जेवण्यातील सामान्य पदार्थ -

जेवण्याची वेळ - am/pm दुपारी

pm रात्री (नियमित/ अनियमित)

नाष्टा - am प्रमुख पदार्थ

दुपारी - pm प्रमुख पदार्थ

सध्या घेतले जाणारे पदार्थ व त्यांचे प्रमाण (पोळी / भात / वरण /

भाजी / इतर -

रसाची आवड - गोड / आंबट / खारट / तिखट / कडू / तुरट

मधुर रस -

पदार्थ	किती वेळा (Times/day	प्रमाण
भाकरी		
पोळी / फुलका		
भात		
शिरा		
गूळ		
खीर		

काकवी		
केळी		
पेरू		
द्राक्षे		
इतर गोड फळे		
जाम / जेली		
इतर		

अम्ल रस

पदार्थ	किती वेळा (Times/day)	प्रमाण
दही सकाळी / रात्री		
टोमॅटो - कच्चे / शिजवून		
लिंबु		
कोशिंबीर		
चिंचा		
संत्री		
इतर आंबट फळे		
इडली / डोसा		
आप्पे / उत्तप्पा		
ढोकळा		
कवठ		
तोंडले		

आवळा		
पावभाजी		
रगडा पॅटीस		
पाणी पुरी		
चायनीज		
इतर		

तिखट रस

पदार्थ	किती वेळा (Times/day)	प्रमाण
मिरची		
चटणी		
कांदा		
लसुण		
लोणचे		
खारातील मिरच्या		
गरम मसाला		

पदार्थ	किती वेळा (Times/day)	प्रमाण
पनीर		
खारे दाणे		
काजू		
पिस्ता		
करडई		

पालेभाज्या

पदार्थ	किती वेळा (Times/day)	प्रमाण
शेपू		
पालक		
उसळी		
बटाटा		
वांगे		
गवार		
कोबी		
सिमलामिरची		
फलावर		
काकडी		
गाजर		
सॅलड		
पापड		

फ्रिजमधील पदार्थ

पदार्थ	किती वेळा (Times/day)	प्रमाण
फ्रिजमधील अन्न		
भाजी / कणिक		
फोडणीचा भात		
फोडणीची पोळी/भाकरी		

શિલી કઢી / આમટી		
શિલે અન્ન		
બિસ્કીટ		
નુડલ્સ		
બર્ગર		
ખારી		
પિઝઝા		
ક્રિમ રોલ / ટોસ્ટ		
Ice cream		
Sandwich		

વિરુદ્ધ અન્ન

પદાર્થ	કિતી વેલા (Times/day)	પ્રમાણ
શિકરણ		
ફ્રુટ સૅલડ		
મિલ્કશેક		
દુધભાત મીઠ		
દહી દુધ ભાત		
તાક દુધ ભાત		
દુધ માસે		
ચહા ખારી બિસ્કીટ		

उपवासाचे पदार्थ

पदार्थ	किती वेळा (Times/day)	प्रमाण
साबुदाणा		
भगर		
शिंगाडे		
चिप्स		
इतर		

पदार्थ	किती वेळा (Times/day)	प्रमाण
पिठले		
हरबरा डाळीचे पीठ		
चिवडा		
पोहे		
कुळीथ		

मांसाहार

पदार्थ	किती वेळा (Times/day)	प्रमाण
अंडी		
चिकन		
मटन		
मासे		
इतर		

पेय

पदार्थ	किती वेळा (Times/day)	प्रमाण
चहा		
काँफी		
दुध		
सरबत(नेहमी/उन्हाळ यात)		
नारळ/लिंबु/कोकम/रसना		
सॉफ्ट ड्रिंक्स		

स्नेह

पदार्थ	किती वेळा (Times/day)	प्रमाण
तेल (फिल्टरर्ड / रिफाईंड)		
साजुक तुप		
वनस्पती तुप		

पाणी -

पदार्थ	किती वेळा (Times/day)	प्रमाण
उठल्याबरोबर		
जेवणानंतर		
आधी / मध्ये		
इतर वेळी		
साधे		

माठातील		
फ्रिजमधील		
तहान लागून/ न लागताच		
Total / day		

पूर्वीचा आजार -

गोवर	कान फुटणे	शीतपित्त
कांजल्या	गलगंड	गर्भाशय विकार
देवी	अस्थिभंग	टॉन्सिल्स
मलेरिया	न्युमोनिया	अपेन्डीक्स
टायफाईड	त्वचारोग	शस्त्रकर्म
कावीळ	गॅस्ट्रो	कृमी
आव	हृद्रोग	गळवे
डोळे येणे	अश्मरी	आघात

PLEASE ATTACH AVAILABLE INVESTIGATION REPORTS.