

Prajna Path Report

Your Personalized Prajna Path Journey

Name: Danr

Age: 11

Profession: Retired

Date: 2026-01-02

Likely Assessment: ઊદાસીનતા / ડિપ્રેશન (Depression)

Main Symptoms

ઊદાસીનતા / ડિપ્રેશન (Depression) મુખ્ય લક્ષણો લગભગ રોજ અત્યંત ઊદાસી, ખાલીપણું અથવા નરિશા. (Persistent sad, empty, or hopeless mood.) (પહેલાંની) મનપસંદ પ્રવૃત્તિઓ અને શોખમાં રસ અથવા આનંદ ન લાગવો. (Loss of interest or pleasure in previously enjoyed activities and hobbies.) ઊર્જાનો સતત અભાવ અને થાક. (Constant lack of energy and fatigue.) ભૂખ અને ઊંઘમાં નોંધપાત્ર ફેરફાર (ઘટવું અથવા વધવું. (Significant changes in appetite and sleep) (decrease or increase).

મુખ્ય લક્ષણો (Main Symptoms) / મુખ્ય લક્ષણ અત્યંત શારીરિક અને માનસિક થાક (Overwhelming exhaustion) | અત્યધિક શારીરિક ઔર માનસિક થકાન ચડિયડિપણું અને મૂડ સ્વગિ (Increased irritability) | ચડિચડિપન ઔર મૂડ મેં બદલાવ એકાગ્રતામાં ઘટાડો (Reduced concentration) | એકાગ્રતા મેં કમી રસ અને પ્રેરણા ગુમાવવી (Loss of interest and motivation) | રુચિઔર પ્રેરણા કી કમી સામાજિક એકાંત (Social withdrawal) | સામાજિક દૂરી

Actionable Advice

ઊદાસીનતા / ડિપ્રેશન (Depression) મુખ્ય લક્ષણો લગભગ રોજ અત્યંત ઊદાસી, ખાલીપણું અથવા નરિશા. (Persistent sad, empty, or hopeless mood.) (પહેલાંની) મનપસંદ પ્રવૃત્તિઓ અને શોખમાં રસ અથવા આનંદ ન લાગવો. (Loss of interest or pleasure in previously enjoyed activities and hobbies.) ઊર્જાનો સતત અભાવ અને થાક. (Constant lack of energy and fatigue.) ભૂખ અને ઊંઘમાં નોંધપાત્ર ફેરફાર (ઘટવું અથવા વધવું. (Significant changes in appetite and sleep) (decrease or increase).

ઊદાસીનતા / ડિપ્રેશન (Depression) / અવસાદ (Depression)

Myths & Facts

ઊદાસીનતા / ડિપ્રેશન (Depression) / અવસાદ (Depression)

ઊદાસીનતા / ડિપ્રેશન (Depression) મુખ્ય લક્ષણો લગભગ રોજ અત્યંત ઊદાસી, ખાલીપણું અથવા નરિશા. (Persistent sad, empty, or hopeless mood.) (પહેલાંની) મનપસંદ પ્રવૃત્તિઓ અને શોખમાં રસ અથવા આનંદ ન લાગવો. (Loss of interest or pleasure in previously enjoyed activities and hobbies.) ઊર્જાનો સતત અભાવ અને થાક. (Constant lack of energy and fatigue.) ભૂખ અને ઊંઘમાં નોંધપાત્ર ફેરફાર (ઘટવું અથવા વધવું. (Significant changes in appetite and sleep) (decrease or increase).

Prajna Path Report

Your Personalized Prajna Path Journey

Diet & Routine

માનસિક લક્ષણો અને ભાવનાઓ (Mental symptoms and emotions) ભાર્મતિ લક્ષણો વજન ઘટાડવા માટેની અસ્થાયી ઝનૂન (Temporary obsession with weight loss) હળવો અથવા સામયિક આહાર પ્રતિબંધ (Mild or periodic dietary restriction)

૩. ખોરાકની આદતો (Food Habits)