



# اولیگو مینوریا

بے باقاعدہ اور غیر مستقل حیض کی جریان: سال میں 4-  
9 بار



www.sehatfem.com

## کی علامات کی ڈائری اور رپورٹنگ فارم SehatFem

ہم نے علامتی ڈائریاں بنائی ہیں جنہیں آپ اپنی صوابدید پر ڈاؤن لوڈ اور استعمال کر سکتے ہیں

اگر آپ اسے استعمال کرنا چاہتے ہیں، تو براہ کرم اپنے کمپیوٹر یا ٹیلی فون پر فارم (پی ڈی ایف فائل) ڈاؤن لوڈ کریں تاکہ علامات ظاہر ہونے پر فارم کو مکمل اور اپ ڈیٹ کیا جا سکے۔

ذیل کے حصوں میں براہ کرم ہر زمرے میں علامات کی نگرانی کریں اور واقع ہونے کی تعدد کا انتخاب کریں۔

بچہ دانی میں خون بہنے/ ماہواری میں دیگر تبدیلیاں		وقوع پذیر ہونے کی تعدد
OM1	امینوریا	
OM2	ایمانوراجیا	
OM3	میٹروریاگیا	
OM4	مینومیٹریوجیا	
OM5	ڈسمنوریا	

درد اور اس کا مقام		وقوع پذیر ہونے کی تعدد
OM6	شرونی	
OM7	پیٹ	
OM8	پیچھے	
OM9	مشترکہ	
OM10	پٹھوں	
OM11	آنت	
OM12	جسمانی	
OM13	پیشاب کرتے وقت	
OM14	جنسی تعلقات کے دوران	

توانائی اور نقل و حرکت		وقوع پذیر ہونے کی تعدد
OM15	تھکاوٹ	
OM16	پٹھوں کی کمزوری۔	
OM17	ورزش میں عدم رواداری	
OM18	پٹھوں کا ضیاع	
OM19	عام طور پر بیمار پڑنا	

غذائیت		وقوع پذیر ہونے کی تعدد
OM20	بھوک نہ لگنا	
OM21	متلی	
OM22	قے	
OM23	وزن بڑھنا	
OM24	موٹاپا	
OM25	خراش پذیر آنتوں کا سنڈروم	
OM26	پیٹ کا پھولنا یا سوجن	
OM27	قبض	
OM28	اسہال	
OM29	پیشاب کی بے ضابطگی	
OM30	پیشاب کی برقراری	
OM31	پیشاب کی تعدد میں تبدیلی	
OM32	وزن میں کمی	
OM33	شدید وزن میں کمی	

جلد		وقوع پذیر ہونے کی تعدد
OM34	منہاسی	
OM35	آسان خراش	
OM36	ناقص زخم کا علاج	
OM37	خشک جلد	
OM38	پتلی جلد	
OM39	جلد کے السر	
OM40	جلد کی رنگت میں تبدیلی	
OM41	ویب نما خون کی نالیاں	
OM42	دھبے کے رنگ جامنی یا سرخ	
OM43	فلشنگ	

بال		تعدد کی ہونے پذیر وقوع
OM44	پیرسوٹرم	
OM45	بالوں کا گرنا	
OM46	گنجا	
OM47	زیر ناف بال	

دماغی صحت		وقوع پذیر ہونے کی تعدد
OM48	بے خوابی	
OM49	بے چینی	
OM50	ڈپریشن	
OM51	یادداشت کا نقصان یا خرابی۔	
OM52	گھبراہٹ کے حملے	
OM53	سائیکوسس	
OM54	غیر معمولی سلوک	

حسی	وقوع پذیر ہونے کی تعداد
OM55	سردرد (بھی شدید)
OM56	ٹانگوں میں سوجن
OM57	دورے
OM58	سردی لگ رہی ہے۔
OM59	وژن میں تبدیلیاں: ڈبل وژن
OM60	بینائی میں تبدیلیاں: دھندلا پن
OM61	بینائی میں تبدیلیاں: کمزور

حساس موضوعات	کیا ایسا ہوا ہے؟
OM62	لیبڈو میں کمی
OM63	زرخیزی میں تبدیلیاں
OM64	چھاتی کے سائز میں کمی آئی ہے۔
OM65	حاملہ ہونے کے بغیر دودھ پلانا

دیگر شرائط	کیا آپ کی تشخیص ہوئی ہے؟
OM66	دل کی بیماری
OM67	ذیابیطس
OM68	آسٹیوپوروسس
OM69	اوسٹیوپینیا

### نرس کی تشخیص Ob/Gyn آپ کی علامات کی ڈائری کی

ٹیم آپ کی علامات کی ڈائری کا جائزہ لے سکتی ہے اور آپ کو اس کے ساتھ ایک رپورٹ Ob/Gyn اگر آپ چاہیں تو، ہماری بھیج سکتی ہے۔

آپ کی علامات سے ظاہر ہونے والی بیماریاں میڈیکل اسکین کی سفارشات -

آپ کو کس ہسپتال کیٹ پروفیشنل سے رابطہ کرنا چاہیے بات کرنے کے لیے -

ایسا ہونے کے لیے آپ کو ایک ایسے مریض کوڈ کے لیے رجسٹر کرنے کی ضرورت ہوگی جو آپ کی شناخت کو گمنام کرے۔

### براہ کرم یہاں مریض کوڈ کے لیے اندراج کریں۔

فی الحال ہم جمع کرائے گئے فارمز کو قبول کر رہے ہیں۔

آن لائن: اپنی ڈائری جمع کرانے کے لیے براہ کرم یہاں سائٹ پر جائیں۔

پر بھیجیں۔ info@sehatfem ای میل: برائے مہربانی اپنی ڈائری

واٹس ایپ کے ذریعے فارم جمع کرانے کی تیاری جاری ہے اور جو مریض مریض کوڈ کے لیے رجسٹر ہوں گے، انہیں براہ راست مطلع کیا جائے گا۔

اگر آپ اپنی ڈائری جمع کرانے کا انتخاب کرتے ہیں، تو براہ کرم یہاں اپنا مریض کوڈ داخل کریں۔



فی الحال ہم یہاں کے رہائشیوں کے لیے تشخیص کر رہے ہیں

پاکستان (قیمت: 500 پاکستانی روپے - مقامی بینک ٹرانسفر کے ذریعے ادا کیے گئے)  
(کے ذریعے ادا کیے گئے Revolut - قیمت: 164 ہندوستانی روپے) ہندوستان

مستقبل میں ہم نیپال کے رہائشیوں کے لیے کارکردگی کا جائزہ لیں گے۔  
بنگلہ دیش

جب آپ اپنی علامتی ڈائری جمع کروائیں گے تو ہم آپ کو ایک پیغام بھیجیں گے، جس میں آپ کے مریض کوڈ کے ذریعے (Revolut بینک ٹرانسفر کی تفصیلات، یا) ادائیگی کی ہدایات کے ساتھ آپ کو مخاطب کیا جائے گا