

व्यावसायिक र पर्यावरण चिकित्सा विशेष स्वास्थ्यको कोरियन समाज

परीक्षाको संशोधित अंक

कम्पनी:

नाम:

※ चिकित्सा इतिहासका प्रश्नहरू (बिरामीको इतिहास, परिवारको इतिहास)

※ कृपया तलका प्रश्नहरू पढ्नुहोस् र अहिलेको अवस्थालाई [O] ले संकेत गर्नुहोस् ।

१. के तपाईंमा तलका रोगको निदान (पहिचान) भएको वा हाल तपाईंले कुनै तलका रोगहरूको लागि औषधी सेवन गर्नुभएको छ?

रोग	आघात	मुटु रोग (रोधगलन / एनजाइना पेक्टोरिस)	उच्च रक्त चाप	मधुमेह	डिसलिपिडेमिया	क्षयरोग	अन्य (क्यान्सर समेत)
निदान							
चिकित्सा उपचार							

२. के तपाईंको आमा-बुबा, भाई वा दिदिबहिनि कसैको तलका मध्ये कुनै रोगबाट मृत्यु भएको छ?

रोग	आघात	मुटु रोग (रोधगलन / एनजाइना पेक्टोरिस)	उच्च रक्त चाप	मधुमेह	अन्य (क्यान्सर समेत)
छ					

३. के तपाईंलाई हेपेटाइटिस बी रोग लागेको छ? ① छ ② छैन ③ थाहा छैन

※ धूम्रपान

४. कृपया तलको पढ्नुहोस् र तपाईंको अवस्था संकेत गर्नुहोस् ।

४-१. के तपाईंको पुरै जीवन भरि पाँच प्याकेट (१०० खिल्ली) भन्दा बढी चुरोट पिउनुभएको छ?

- ① छैन (१ प्रश्न नं ५ मा जानुहोस्)
- ② छ, तर मैले अहिले छोडिसकेँ (१ प्रश्न नं ४-२ मा जानुहोस्)
- ③ छ, र मैले अहिले पनि धूम्रपान गर्छु (१ प्रश्न नं ४-३ मा जानुहोस्)

४-२. यदि तपाईंले बिगतमा धुम्रपान गर्नुभएको छ, तर अहिले छोडेको भए:

छोड्नुभन्दा अगाडि कति बर्ष धुम्रपान गर्नुभयो?	जम्मा _____ बर्ष
छोड्नुभन्दा अगाडि प्रत्येक दिन कतिवटा चुरोट पिउनुहुन्थ्यो?	_____ वटा चुरोट

४-३. यदि अहिले पनि तपाईं धुम्रपान गर्नुहुन्छ भने:

कति बर्ष तपाईंले धुम्रपान गर्नुभएको छ?	जम्मा _____ बर्ष
औषतमा एक दिनमा कतिवटा चुरोट पिउनुहुन्छ?	_____ वटा चुरोट

※ मध्यपान (रक्सी)

५. कृपया तलको पढ्नुहोस् र तपाईंको अवस्था संकेत गर्नुहोस् ।

५-१ प्रत्येक हप्ता कति पटक मध्यपान गर्नुहुन्छ ?

☐० ☐१ ☐२ ☐३ ☐४ ☐५ ☐६ ☐७

५-२ तपाईंले जब रक्सि पिउनुहुन्छ, प्रत्येक दिन कति मात्रामा पिउनुहुन्छ?

(※ रक्सीको जुनसुकै प्रकार भएपनि) (गिलास)

※ शारिरिक गतिविधी (अभ्यास)

६. कृपया तलका प्रश्नहरू पढ्नुहोस्, र गत हप्ता सञ्चालन गरिएका क्रियाकलापहरूलाई '✓' संकेतले देखाउनुहोस् ।

६-१. गत हप्ता, कति दिन तपाईं तिब्र शारिरिक क्रियाकलापमा संलग्न हुनुभयो जस्तै तपाईंलाई २० मिनेट भन्दा बढी सामान्य भन्दा धेरै छिटो श्वास-प्रश्वास हुने गरायो (उदाहरणको लागि: दौड, एरोबिक्स , छिटो-गति साइकिल, पैदल यात्रा, आदि) ?

☐० ☐१ ☐२ ☐३ ☐४ ☐५ ☐६ ☐७

६-२. गत हप्ता, कति दिन तपाईं मध्यम स्तरका शारिरिक क्रियाकलापमा संलग्न हुनुभयो जस्तै तपाईंलाई ३० मिनेट भन्दा बढी सामान्य भन्दा धेरै छिटो श्वास-प्रश्वास हुने गरायो (उदाहरणको लागि: छिटो हिड्ने, टेनिस खेल्ने, सामान्य गति साइकिल, अनुहार तल पारेर बस्ने) ※ ६-१ का उत्तरहरूसँग सम्बन्धित शारिरिक क्रियाकलापहरू समेत समावेश हुने ।

☐० ☐१ ☐२ ☐३ ☐४ ☐५ ☐६ ☐७

६-३. गत हप्ता, कति दिन तपाईं ३० मिनेट भन्दा बढि समयको लागि हिड्नुभयो, कम्तिमा एक पटकमा १० मिनेट गरी (उदाहरणको लागि: हलुका अभ्यास, काममा जाँदा वा फर्कदा हिडेको समेत, अथवा फुर्सदमा हिडेको) ?

※ ६-१ र ६-२ का उत्तरहरूसँग सम्बन्धित शारिरिक क्रियाकलापहरू समेत समावेश हुने ।

☐० ☐१ ☐२ ☐३ ☐४ ☐५ ☐६ ☐७

※ लक्षित अङ्गहरूका सम्बन्धित लक्षण बारेमा प्रश्नहरू

७. कृपया विगत ६ महिना भित्र अनुभव गरिएका लक्षणहरूको सम्बन्धमा प्रतिक्रिया दिनुहोस् ।

शरिरका अंग	लक्षणहरू	तिब्रता		
		उच्च	मध्यम	कुनै नभएको
सामान्य	खाने ईच्छा नरहने, तौल घटेको			
	प्राय थाकेको अनुभव हुने			
	शरिरमा गाँठा भएको अनुभव हुने			
छाला	चिलाउने वा पोल्ने अनुभव			
	छालामा रातो दाग धब्बा			
	कपाल, हातका औलाका नंग वा खुट्टाका नंग परिवर्तन गरेको,			
	छाला रुखो र फुटेको			
आँखाहरू	आँखा चिलाउछ र प्राय आशु आईरहन्छ			
	दृष्टी बिग्रदैछ			
	आँखाहरू रातो हुन्छ र दुख्छ			
कानहरू	राम्ररी सुन्न सकिदैन			
	कान बजि रहन्छ			
नाक	लगातार रगत आईरहन्छ			
	सिंगान आईरहन्छ, गिलो हुन्छ			
	सुँगन कठिनाई छ			
मुख	गिजा रगताम्य हुन्छ वा नासुर घाउहरू छन्			
	स्वाद चास्र कठिनाई छ			
पाचन प्रणाली	मैले पेट खोच्ने खालको दुखाई महशुस गरेको छु ।			
	मेरो मुखमा धातुको स्वाद छ			
	कब्जियत			
मुटु/श्वासप्रश्वास	काम गर्दा घबराहट हुन्छ			
	काम गर्दा खोकी लाग्ने र श्वासप्रश्वास बढ्ने			
	छातिको दबाव			
	खोकी हुने वा उठ्ने समयमा खकार थुक्नुपर्ने			
	बिदाबाट काममा फर्कदा खोकी लाग्ने			
ढाड/हातगोडा	हातहरू, खुट्टाहरू र काँध दुख्छन्			
	काप्ने वा कमजोर हात वा खुट्टाहरू			
	हात खुट्टाहरूले केही चाल नपाउने			
	चिसो हुँदा औलाहरू सेतो हुने			
	पछाडि दुख्ने			

शरिरका अंग	लक्षणहरु	तिब्रता		
		उच्च	मध्यम	कुनै नभएको
मानसिक/स्नायु प्रणाली	टाउको दुख्ने			
	रिंगटा लाग्ने			
	बिर्सने र खराब स्मृती			
	चिन्ता र बेचैनी हुने			
	टाउकोले केही थाहा नपाउने वा रक्सी खाएजस्तो हुने			
	ध्यान दिन खठिनाई			
मुत्राशय/प्रजनन	पिसाब फेर्न कठिनाई			
	शरिर सुन्निएको			
	महिनाबारी अनियमित			
	गर्भपतनको अनुभव भएको			

यदी तपाईंलाई अन्य कुनै लक्षण छन् भने, तलको भागमा वर्णन गर्नुहोस् ।

- *के तपाईंले कहिल्लै कामको समयमा स्वास्थ्य सम्बन्धी (शारिरिक समस्या)समस्या अनुभव गर्नुभएको छ? ☐ छ ☐ छैन
- *के तपाईंलाई काममा चलाउने सामाग्रीको कारणले स्वास्थ्य सम्बन्धी कुनै समस्या छ जस्तो लाग्छ? ☐ छ ☐ छैन

डाक्टरको टिप्पणी	
------------------	--