

Dotazník pro účastnice semináře Hormonální jógové terapie pro ženy dle Dinah Rodrigues

Jméno a příjmení:..... Město:.....

Telefon:.....

E-mail: Rok narození:.....

ZDRAVOTNÍ STAV: pokud je odpověď ANO, označte křížkem [X]

Těhotenství (kontraindikace)		Cysty na vaječnicích	
Endometrióza pokročilá (kontraindikace)		Neplodnost	
Rakovina prsu nebo jiná onkologická léčba (kontraindikace)		PMS (premenstruační syndrom)	
Velký myom (nutná konzultace s lékařem)		Bolestivá menstruace	
Vysoký tlak (úprava cviků)		Nepravidelná menstruace	
Hysterektomie (cvičit lze cca 6 týdnů po zákroku)		Osteopenie	
Byly vám odebrány vaječníky?		Osteoporóza	
Zvýšená funkce štítné žlázy (úprava cviků)		Zvýšený cholesterol	
Snížená funkce štítné žlázy		Artritida (zánětlivé onemocnění kloubů)	
Menopauza		Zánět šlach	
Fáze před menopauzou		Zánět nosní sliznice	
Předčasná menopauza		Problémy s krční páteří	
Fáze po menopauze		Zvětšená lordóza	
Zvýšená krvácivost		Skolióza	
PCOS (polycystické vaječníky)		Hormonální léčba, jaká?	

SYMPTOMY: zhodnoťte intenzitu od 0, 1, 2, do 3 (0 žádné, 3 nejvyšší)

Návaly horka		Únava		Svědění kůže	
Suchá vagina		Skříčenost		Nespavost	
Svědění vagíny		Deprese		Ztráta čichu	
Nízké libido		PMS (premenstruační syndrom)		Ztráta paměti	
Podrážděnost		Migréna		Padání vlasů	
Emoční nestabilita		Panika		Suchá kůže	
Úzkost		Bolest hlavy		Lámavé nehty	
Trápení		Bolesti kloubů		Pomalé myšlení	
Bušení srdce					

Tento dotazník byl vytvořen autorkou Hormonální jógové terapie (HJT) Dinah Rodrigues. Tímto dávám souhlas s používáním mých osobních dat z tohoto dotazníku pouze pro potřebu HJ. Data jsou důvěrná a nebudou poskytnuta třetí osobě. Dále potvrzuji, že jsou mi známy kontraindikace HJ a seminář HJ absolvuji na vlastní riziko.

.....
Datum a podpis účastnice semináře

Vyplněný dotazník zašlete na: info@jitcinajoga.cz

Děkuji, Jitka