



ਐਡਮੋਟਨ ਲੱਛਣ ਮੁਲਾਂਕਣ ਪ੍ਰਣਾਲੀ - ਸੋਧ + (ESAS-r+)

ਮਿਤੀ: _____

ਨਾਮ: _____

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਸ ਅੰਕ 'ਤੇ ਗੋਲਾ ਬਣਾਓ ਜੋ ਦੱਸੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ (ਐਸਤਨ, ਪਿਛਲੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ):

ਕੋਈ ਦਰਦ ਨਹੀਂ	_____	ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
ਕੋਈ ਥਕਾਵਟ ਨਹੀਂ (ਥਕਾਵਟ= ਉਰਜਾ ਦੀ ਕਮੀ)	_____	ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਥਕਾਵਟ
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
ਕੋਈ ਉੱਘ ਨਹੀਂ (ਉੱਘ= ਨੀਂਦ ਆਉਣਾ)	_____	ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉੱਘ
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
ਕੋਈ ਮਤਲੀ ਨਹੀਂ	_____	ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਤਲੀ
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
ਵਧੀਆ ਭੁੱਖ ਲੱਗਣੀ	_____	ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਭੁੱਖ ਲੱਗਣੀ
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਦਿੱਕਤ ਨਾ ਹੋਣਾ	_____	ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਿੱਕਤ ਹੋਣਾ
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
ਬਿਲਕੁਲ ਉਦਾਸ ਨਾ ਹੋਣਾ (ਉਦਾਸ= ਦੁਖੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ)	_____	ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਦਾਸ ਹੋਣਾ
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
ਕੋਈ ਫ਼ਿਕਰ ਨਾ ਹੋਣੀ (ਫ਼ਿਕਰ= ਖੋਚੈਨ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ)	_____	ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫ਼ਿਕਰ ਹੋਣੀ
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
ਵਧੀਆ ਤੰਦਰੁਸਤੀ (ਤੰਦਰੁਸਤੀ= ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ)	_____	ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਰਾਬ ਹਾਲਤ
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ	_____	ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੱਸਿਆ
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
ਕੋਈ ਦਸਤ ਨਹੀਂ (ਦਸਤ= ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ ਜਾਂ ਪਤਲੀ ਟੱਟੀ ਆਉਣਾ)	_____	ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਸਤ
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
ਕੋਈ ਕਬਜ਼ ਨਹੀਂ (ਕਬਜ਼= ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਵਾਰ ਜਾਂ ਸਖ਼ਤ ਟੱਟੀ ਆਉਣਾ)	_____	ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਬਜ਼
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	