

Aptauja par novecojošu vīriešu simptomiem (AMS)

Kuri no tālāk norādītajiem simptomiem jums pašlaik ir? Lūdzu, pie katra simptoma atzīmējiet atbilstošo lodziņu. Ja jums kāda no simptomiem nav, atzīmējiet lodziņu "nav".

Simptomi:	nav	vāji	mēreni	spēcīgi	ļoti spēcīgi
	-----	-----	-----	-----	-----
Punkti =	1	2	3	4	5
1. Vispārējās pašsajūtas pasliktināšanās (veselības stāvoklis, subjektīvā pašsajūta).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Sāpes locītavās un muskuļos (krustu, locītavu, muguras sāpes, sāpes ekstremitātēs)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Pārmērīga svīšana (negaidīta/pēkšņa svīšana, karstuma viļņi neatkarīgi no slodzes)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Miega traucējumi (grūtības iemigt, grūtības gulēt bez pamošanās, pāragra pamošanās ar noguruma sajūtu, slikts miegs, nespēja gulēt).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Paaugstināta miegainība, bieža noguruma sajūta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Uzbudināmība (agresivitāte, aizkaitināmība par sīkumiem, sapīkums)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Nervozitāte (iekšējs sasprindzinājums, nemiers, tieksme nepārtraukti rosīties).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Trauksmes (panikas) sajūta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Fizisks izsīkums/enerģijas trūkums (darbspēju kritums, aktivitātes apsīkums, intereses trūkums par brīvā laika pasākumiem, sajūta, ka vairs nespējat paveikt un sasniegt tik daudz kā agrāk, jums sevi jāpiespiež, lai kaut ko izdarītu)....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Muskuļu spēka samazināšanās (vājuma sajūta).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Depresīvs noskaņojums (nomāktības, skumju, raudulīguma sajūta, motivācijas trūkums, garastāvokļa svārstības, sajūta, ka nekam nav nozīmes)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Sajūta, ka labākais dzīvē jau ir aiz muguras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Sajūta, ka esat „izdedzis” un sajūta, ka esat sasniedzis punktu, kad tālāk vairs nav kur iet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Palēnināta bārdas augšana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Seksuālās potences samazināšanās	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Rīta erekciju miegā skaita samazināšanās	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Seksuālās iekāres/libido samazināšanās (baudas sajūtas trūkums seksuālajā aktivitātē, trūkst iekāres pēc dzimumakta)..	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vai jums ir vēl kādi nozīmīgi simptomi?	Jā	<input type="checkbox"/>	Nē	<input type="checkbox"/>	
Ja Jā, lūdzu, aprakstiet: _____					

LIELS PALDIES PAR JŪSU LĪDZDALĪBU!