



If you are interested in the use of the MRS, please contact us at:  
[info@zeg-berlin.de](mailto:info@zeg-berlin.de)

## Afrikaans MRS

### Evalueringsskaal vir Menopouse (MRS)

Watter van onderstaande simptome is op hierdie tydstip op u van toepassing? Merk asseblief die toepasslike blokke vir elke simptom. Merk asseblief 'geen' vir simptome wat nie van toepassing is nie.

Simptome:

Telling =  

Telling	0	1	2	3	4
1. Warm gloede, sweet (episodes waartydens jy natgesweet is).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Hartongemak (buitengewone bewustheid van hartklop, hart slaan oor, hart klop te vinnig, beklemming op die bors).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Slaapprobleme (raak moeilik aan die slaap, sukkel om deur te slaap, word vroeg wakker) .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1. Warm gloede, sweet (episodes waartydens jy natgesweet is).....
2. Hartongemak (buitengewone bewustheid van hartklop, hart slaan oor, hart klop te vinnig, beklemming op die bors).....
3. Slaapprobleme (raak moeilik aan die slaap, sukkel om deur te slaap, word vroeg wakker) .....

