

तौल नियन्त्रण औषधि उपचार

परिक्षार्थीको नाम:

◆ उचाई: _____cm

◆ तौल: _____ kg

◆ कम्मर: _____cm

◆ बडी मास इन्डेक्स: _____kg/m²

1. तपाईं हुनुहुन्छ

- ☐ सामान्य तौल ☐ बढी तौल
☐ मोटोपन

2. तपाईंको पेटमा एकदमै धेरै बोसो छ ।

- ☐ छ. ☐ छैन

3. तौल भएका कारण ,तपाईंलाई बढी दिर्घकालिन रोगहरु विकास हुने जोखिम हुन्छ ,जस्तै ,CVDs हाईपर टेन्सन,मधुमेह , हाई कोलेस्ट्रॉल ,अन्य

- ☐ न्यून ☐ सामान्य ☐ अलि कति बढेको छ
☐ धेरै बढेको छ ☐ तीव्र रुपमा बढेको छ. ☐ एकदमै तीव्ररुपमा बढेको छ.

4. निर्देशित उद्देश्य तौल:

- ☐ उपयुक्त छैन
☐ प्राथमिक उद्देश्य भनेको तपाईंको तौल ()% सम्म कम गर्नु हो।
- तपाईंको प्राथमिक तौलको उद्देश्य भनेको () kg हो।
- तपाईंको तौल प्राप्ति अवधिको प्राथमिक उद्देश्य भनेको () महिना हो।
- तपाईंले प्रत्येक महिना घटाउनुपर्ने तौल भनेको () kg हो।

5. मोटोपनका लागि औषधि उपचार

- ☐ खानाको मात्र घटाउने ☐ नास्ताहरु र मध्य रातमा खाना कम गर्ने
☐ बाहिर वस फास्ट फुड खान कम गर्ने
(☐ धुम्रपान ☐ मदिरा सेवन ☐ व्यायाम ☐ पोषण) सम्बन्धी प्रिस्क्रिप्सन लिने
☐ औषधि सेवनको आवश्यकता
☐ अन्य:

6. यदि तौल घटाए पछि यसलाई सामान्य अवस्थामा नै राखी राख्यौ भने ,स्वास्थ्य समस्या वा अवस्था स्वास्थ्य खाना खाने बानीले सुधार्न सकिन्छ ।

- ☐ इन्जिन पेक्कोरिस/ कार्डीक इनफ्रक्सन ☐ मधुमेह ☐ रक्तागत) स्ट्रोक(
☐ उच्च रक्तचाप ☐ हाई कोलेस्ट्रॉल ☐ पेरिफेरल ब्लड भेसल ट्रबल
☐ सुत्दा श्वास रोक्ने लक्षण ☐ असंयम ☐ ढाड वा हड्डीका समस्याहरु
☐ पित्ता थैलीमा ढुंगा हुने ☐ अन्य:

7. अन्य टिप्पणीहरु (100 वर्णहरु वा कम)

☞ तौल घटाउनका लागि सहायता पाउन तपाईंले नियम क्लिनिक जान आवश्यक छ ।

चिकित्सकको नाम/ हस्ताक्षर :

※ यो औषधि उपचार औषधि सेवनको लागि प्रयोग गर्न सकिदैन । यो व्यक्तिको आचरण (बानी) को विकासको लागि मात्रै हो ।