PAKARTOTINIO VIZITO ANKETA

FOLLOW-UP VISIT QUESTIONNAIRE

Trumpa anketa grįžtantiems klientams: padės man pamatyti, kas pasikeitė nuo praėjusio vizito. Atsiųskite ją atsakydami į registracijos patvirtinimo laišką bent dieną prieš vizitą arba atsineškite.
A short form for returning clients, so I can see what has changed since your last visit. Send it back by replying to your booking confirmation email at least a day before the visit, or bring it with you.

Vardas, pavardė *Full name*		**Vizito data** *Appointment date*	

1. PO PRAĖJUSIO VIZITO *Since your last visit*

Kaip jautėtės po procedūros? ☐ geriau ☐ be pokyčių ☐ blogiau ☐ iš pradžių blogiau, paskui geriau
How did you feel after the session? better · no change · worse · worse at first, then better

Kas pasikeitė? *What has changed?* kas pagerėjo, kas liko, kas nauja	

Pagrindinio nusiskundimo stiprumas dabar: ☐ 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10
Main complaint now: 0 = gone, 10 = worst imaginable

Palyginti su praėjusiu vizitu · *Compared with your last visit*

Miegas: ☐ geriau ☐ taip pat ☐ blogiau
Sleep: better · same · worse

Virškinimas: ☐ geriau ☐ taip pat ☐ blogiau
Digestion: better · same · worse

Energija: ☐ geriau ☐ taip pat ☐ blogiau
Energy: better · same · worse

Nuotaika, nerimas: ☐ geriau ☐ taip pat ☐ blogiau
Mood, anxiety: better · same · worse

Skausmas: ☐ geriau ☐ taip pat ☐ blogiau
Pain: better · same · worse

Rekomendacijų pavyko laikytis: ☐ daugiausia ☐ iš dalies ☐ beveik ne
Were you able to follow the advice? mostly · partly · not really

2. VAISTAI, ŽOLELĖS, SVEIKATA *Medication, herbs, health*

Vaistai ar papildai: ☐ nepasikeitė ☐ pasikeitė
Medication or supplements: unchanged · changed (please describe)

Paskirtos žolelės: ☐ vartoju reguliariai ☐ nereguliariai ☐ nutraukiau ☐ nebuvo paskirta
Prescribed herbs: taking regularly · irregularly · stopped · none prescribed

Pokyčiai: vaistai, žolelės, nauji tyrimai ar diagnozės *Changes: medication, herbs, new tests or diagnoses*	
Ką pastebėjote vartodami žoleles? *Anything you noticed while taking the herbs?*	

Moterims: ☐ galimas nėštumas ☐ maitinu krūtimi
For women: possibly pregnant now · breastfeeding

Paskutinių mėnesinių pradžia _____
First day of last period

3. SVARBU JŪSŲ SAUGUMUI *Important for your safety*

Įspėjamieji ženklai · *Warning signs*

Ar nuo praėjusio vizito pastebėjote ką nors iš šių požymių?
Since your last visit, have you noticed any of the following?

- ☐ Krūtinės skausmas, spaudimas ar dusulys ramybėje
  Chest pain, pressure or breathlessness at rest
- ☐ Veido asimetrija, kalbos sutrikimas, rankos ar kojos silpnumas
  Facial droop, slurred speech, arm or leg weakness
- ☐ Apalpimas
  Fainting
- ☐ Kraujas išmatose, šlapime, skrepliuose ar vėmaluose
  Blood in stool, urine, sputum or vomit
- ☐ Karščiavimas ilgiau nei 3 dienas
  Fever lasting over 3 days
- ☐ Nugaros skausmas su tirpimu tarpvietėje ar šlapimo nelaikymu
  Back pain with groin numbness or loss of bladder control
- ☐ Kraujavimas nėštumo metu ar po menopauzės
  Bleeding in pregnancy or after menopause
- ☐ Staigus, labai stiprus ar neįprastas galvos skausmas
  Sudden, severe or unusual headache
- ☐ Vienos kojos patinimas, paraudimas, skausmas
  Swelling, redness or pain in one leg
- ☐ Svorio kritimas be priežasties
  Unexplained weight loss
- ☐ Juodos, degutą primenančios išmatos
  Black, tarry stools
- ☐ Naktinis skausmas, kuris neleidžia miegoti
  Night pain that keeps you awake
- ☐ Naujas guzas ar mazgas
  New lump
- ☐ Stiprus skausmas po traumos, negalite atsiremti
  Severe pain after injury, cannot bear weight

Jei pažymėjote bent vieną punktą, nelaukite vizito: pirmiausia kreipkitės į savo šeimos gydytoją. Jei simptomai staigūs ar stiprūs, skambinkite 112. Anketą peržiūrėsiu prieš vizitą ir, jei reikės, pasiūlysiu vizitą atidėti.
If you ticked any of these, do not wait for your visit: contact your GP first. If symptoms are sudden or severe, call 112. I will review your questionnaire before the visit and suggest postponing it if needed.

☐ Pastaruoju metu kyla minčių apie savižudybę ar savęs žalojimą
Recent thoughts of suicide or self-harm
Jūs nesate vieni. Visą parą nemokamai: Vilties linija 116 123. Skubiu atveju: 112.
You are not alone. Free, 24/7: Vilties linija 116 123. Emergency: 112.

4. ŠĮ KARTĄ *This time*

Ką norėtumėte aptarti šį kartą? *What would you like to focus on this time?*	

☐ Pateikta informacija teisinga. Mano duomenys tvarkomi pagal pirmo vizito metu duotą sutikimą.
The information above is correct. My data is processed under the consent given at my first visit.

Parašas *Signature*		**Data** *Date*	