

পেশেন্ট অ্যাসেসমেন্ট ফর্ম (রোগীর মূল্যায়ন ফর্ম)

1. ব্যক্তিগত তথ্য (Personal Information)

নাম -

বয়স -

লিঙ্গ -

পেশা (কাজের সময় আপনার শারীরিক পরিশ্রম বোঝার জন্য) -

যোগাযোগ নম্বর (হোয়াটসঅ্যাপ সহ) -

ইমেইল আইডি -

2. ক্লিনিক্যাল অ্যাসেসমেন্ট (Clinical Assessment)

রক্তচাপ (BP) - mmHg

পালস রেট (নাড়ির গতি) - bpm

3. বায়োকেমিক্যাল/ল্যাবরেটরি অ্যাসেসমেন্ট (রক্তের শর্করা - যদি থাকে)

ফাস্টিং ব্লাড সুগার (FBS) - mg/dL: (খালি পেটে রক্তের শর্করা)

পোস্টপ্র্যান্ডিয়াল ব্লাড সুগার (PPBS) - mg/dL: (খাবার খাওয়ার পরের শর্করা)

HbA1c - %: (গত তিন মাসের গড় শর্করা)

4. শারীরিক পরিমাপ (Physical Measurements / Anthropometrics)

বর্তমান ওজন - kg

উচ্চতা - cm / ft

কোমরের মাপ (পেটের স্থূলতা পরীক্ষার জন্য) -

5. চিকিৎসা ইতিহাস (Medical History)

দীর্ঘস্থায়ী রোগ (যেমন: ডায়াবেটিস, উচ্চ রক্তচাপ, থাইরয়েড, PCOS / PCOD, কিডনির সমস্যা, ইউরিক অ্যাসিড) -



অতীতের অস্ত্রোপচার (যদি থাকে) -
পারিবারিক চিকিৎসার ইতিহাস (হৃদরোগ / ক্যান্সার /
ডায়াবেটিসের ইতিহাস) -
বর্তমান ওষুধ (বর্তমানে গ্রহণ করা সমস্ত ওষুধ বা
সাপ্লিমেন্টের তালিকা) -
হজমের অবস্থা (ভালো / কোষ্ঠকাঠিন্য / পেট ফাঁপা /
অ্যাসিডিটি) -

6. জীবনধারা এবং শারীরিক সক্রিয়তার মাত্রা (Lifestyle & Activity Level)

কাজের ধরন (বসে থাকা কাজ / হালকা সক্রিয় / মাঝারি
সক্রিয় / অত্যন্ত সক্রিয়) -
ব্যায়ামের রুটিন (প্রতিদিন কত মিনিট এবং কী ধরনের
ব্যায়াম করেন) -
ঘুমের সময় (ঘুমানোর সময় এবং ঘুম থেকে ওঠার সময়) -
মানসিক চাপের মাত্রা (কম / মাঝারি / বেশি) -
মানসিক সুস্থতা (উদ্বেগ / খিটখিটে মেজাজ / শান্ত) -

7. খাদ্যতালিকাগত অভ্যাস (Dietary Habits)

খাবারে পছন্দ (নিরামিষ / আমিষ / ভেগান) -
প্রতিদিন জল পানের পরিমাণ (লিটার বা গ্লাসে) -
অ্যালার্জি (নির্দিষ্ট খাবার যেমন দুগ্ধজাত পণ্য, গ্লুটেন,
বাদাম ইত্যাদি থেকে অ্যালার্জি) -
পছন্দের স্বাদ (মিষ্টি / নোনতা / টক / তেতো / ঝাল) -
ক্যাফেইন সেবন (প্রতিদিন কত কাপ চা বা কফি খান) -

8. ক্লিনিক্যাল রিপোর্ট (আবশ্যিক)

ফর্মটি সম্পূর্ণ পূরণ করা হয়ে গেলে, সেটি এবং আপনার রিপোর্টগুলো আপলোড বাটনের মাধ্যমে আমাদের
ওয়েবসাইটে জমা দিন। (যেমন: CBC, ফাস্টিং সুগার, লিপিড প্রোফাইল, ক্রিয়েটিনিন।)

আপনার শেয়ার করা সমস্ত তথ্য কঠোরভাবে গোপন এবং নিরাপদ রাখা হবে।