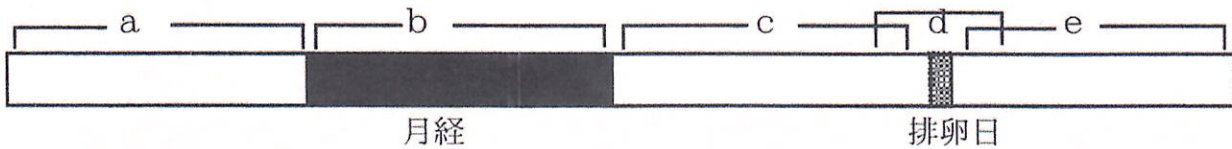


これからの質問は、あなたの過去1年間の月経周期に関連した症状についてお聞きします。あてはまる回答に○をつけて下さい。

- | | |
|--|--------|
| 1. 月経周期は安定していますか？
(それは、およそ 日くらいの周期) | いいえ はい |
| 2. 月経周期に一致して、月経以外の何らかの身体的あるいは精神的変化をいつも感じていますか？ | いいえ はい |

(2. が「いいえ」の人は、以下の質問に答えなくても結構です)

3. それは主にどんな変化ですか？下の当てはまるものにチェックして下さい。
 a. 身体と精神の両方の変化 b. 精神的变化のみ c. 身体的変化のみ
4. その変化は、月経周期を下記のように分けるとしたら、どの時期に多く感じますか？
 (複数回答可)
 a. 月経前1週間 b. 月経中の1週間 c. 月経後の1週間
 d. 排卵日前後 e. 排卵日後1週間



5. その中でも一番症状の強い時期は a b c d e のうちいつですか？ (一つ回答)

6. 以下にいくつか症状を並べてあります。その中で、月経周期に一致して、出現したり消失したりする症状に○をつけて下さい。
 月経周期に関係なくあるものには○をつけないで下さい。
- a. いつもより憂うつになったり、絶望的になったり、自分をだめだと思ったりすることがある。
 - b. いつもより不安を感じたり、緊張しやすかったり、些細なことにいらだったりすることがある。
 - c. いつもより突然、悲しくなったり涙もろくなるのを感じたり、または、人に拒絶されることに過敏になるなど、情緒不安定となることがある。
 - d. いつもより持続して怒りやすく、人と衝突することが増えることがある。
 - e. いつもより仕事、学校、友人、趣味などの日常の活動に興味がなくなることがある。
 - f. いつもより集中出来にくいと自覚することがある。
 - g. いつもより倦怠感、疲れやすさ、気力の減退を感じるがある。
 - h. いつもの食欲と異なる。特にやたらと多く食べたり、特定の食べ物ばかり食べようとしていたりすることがある。
 - i. いつもより長時間眠ったり、昼間も眠かったり、または、いつもより眠れないことがある。
 - j. 押しつぶされそうな感覚、または、コントロールできないという感覚を感じるがある。
 - k. 乳房の圧痛または腫れる感じ、頭痛、関節痛、筋肉痛、体が膨らんでいるという感覚、または、予想以上に体重が増加しているのに気付くことがある。
7. 上の6. の a~k の症状のうち、a~d のどれか1つを含む合計5つ以上の症状が同時にあることがありますか？ いいえ はい
8. 上の6. の a~k の症状のために、実際に、仕事での能率が低下したり、仕事に行けなくなったりしたことがありますか？ いいえ はい
9. 上の6. の a~k の症状が、最近の月経周期2回連続でありましたか？ いいえ はい