

Polaritetsanalyse: Tjekliste for sikre symptomer					
Navn:			Dato:		
Diagnose, hovedsymptom og følgesymptomer (beskrivelse):					
Sæt kryds på mellem 8 og 16 sikre tegn på symptomer, der gælder for den aktuelle sygdomstilstand - symptomer og tilstande, der har ændret sig fra den tidligere raske tilstand.					
Luft/vejr/temperatur			Bevægelse (forts.)		
Ønske/behov for frisk luft	steget	er faldet	Løft den berørte kropsdel op	bedre	værre
Frisk luft	bedre	værre	Stræk den berørte kropsdel ud	bedre	værre
Indendørs	bedre	værre	Når du bøjer dig frem	bedre	værre
Vejr/luft, vådt, fugtigt	bedre	værre	Når du sætter dig ned	bedre	værre
Vejr/luft, tørt	bedre	værre	Når du står ud af sengen	bedre	værre
Vejr/luft, kold	bedre	værre	Når du rejser dig fra stolen	bedre	værre
Vær/luft, varm	bedre	værre	Skrivning		værre
Vejr/luft, våd og kold		værre	Ujævn køretur		værre
Koldt generelt	bedre	værre			
Koldt, når blir kold	bedre	værre	Syn/øyne		
Varme, generelt	bedre	værre	Skarpt lys		værre
Bli varm, pakke seg inn	bedre	værre	Anstreng dit syn		værre
Tag dækslet af/klæd af	bedre	værre	Læsning		værre
			Berøring		værre
Position			Eksternt tryk	bedre	værre
Ligge	bedre	værre	Gnide øjne	bedre	værre
Ligge på ryg	bedre	værre			
Ligge på siden	bedre	værre	Hode		
Ligge på højre side	bedre	værre	Varme ved tildækning	bedre	værre
Ligge på venstre side	bedre	værre	Ryst på hodet		værre
Ligge på den smertefulle siden	bedre	værre	Nysing		værre
Ligge på smertefri side	bedre	værre	Ved tandfrembrud hos børn		værre
Sitte	bedre	værre	Tale		værre
Sitte fremoverbøyd	bedre	værre	Mental anstrengelse		værre
Stå oprejst	bedre	værre			
Efter du har lagt dig	bedre	værre	Spise/drikke		
Efter du står ud af sengen	bedre	værre	Synke	bedre	værre
Efter du rejser dig fra din stol	bedre		Tygge		værre
Når arme/ben hænger frit	bedre	værre	Før du spiser		værre
			Når man spiser	bedre	værre
			Efter du har spist	bedre	værre
Bevægelse			Apetit/behov for d	steget	Er faldet
I hvile (ingen bevægelse)	bedre	værre	Behov for drikke	tørst	Ikke tørst
Bevægelse	behov for	aversion mod	Faste / før morgenmad	bedre	værre
Bevægelse af berørt kropsdel	bedre	værre	Efter morgenmad	bedre	værre
Gå/spasere	bedre	værre	Kold mad og drikke	bedre	værre
Løb/jogging		værre	Varm mad og drikke	bedre	værre
Træd hårdt ned		værre	Når du drikker		værre
Fysisk anstrengelse		værre	Efter at have drukket		værre

Forts. neste side

Spise/drikke (forsts.)			Søvn		
Alkohol		værre	Når man falder i søvn		værre
Mælk		værre	Under søvn		værre
Kaffe		værre	Ved opvågning/efter opvågning		værre
Spyt/sekretion	steget	er faldet			
			Mindset og intellekt		
Pust			Irritabilitet (vrede, aggression)		steget
Åndedræts hastighed		øget frekvens	Tristhed (modløshed, trang til at græde)		steget
Ånde ind		værre	Isolering / for sig selv		bedre
Ånde ud		værre	Selskab/sammen med andre		værre
			Trøst		værre
Hjerte/kredsløb			Skæring/gnidning af tænder		steget
Puls hastighed	for hurtig	for langsom	Problemforståelse		steget
Puls	hard				
Fordøjelsessysteme			Annet		
Oppstøt (raving)	bedre	værre			
Før afføring		værre			
Under afføring		værre			
Efter afføring	bedre	værre			
Efter prompting	bedre				
Genitalia/vandladning					
Menstruations længde	for kort	for lang			
Menstruations mængde	rigelig	sparsom			
Menstruations frekvens	for ofte	for sjælden			
Menstruations utseende	klumpete				
Menstruations værre	før	når starter			
Menstruations værre	under	efter			
Seksueldrift	stærk	svag			
Utflod sensation	etsende				
Vandladnings mængde	rigeligt	sparsom			
Vandladnings frekvens	ofte	sjældent			

Etter H. Frei 2018