

Tisztelt leendő Betegem! Az alábbi kérdőív kitöltésével kérem készüljön fel az első vizsgálatra. A kérdőívet kitöltheti elektronikusan vagy kinyomtathatja/ kézzel is kitöltheti, ahogy Önnek a legmegfelelőbb.

Sokat segít, ha már az első vizsgálat előtt elküldi számomra a kitöltött kérdőívet: boosi.martina@gmail.com. Amennyiben ez nem lehetséges, hozza el magával a kérdésre adott válaszokat az első vizsgálatra.

Köszönettel, dr. Böösi Martina

1. Mely pszichés és testi problémák állnak fent?

Jelenleg pánikrohamok, szorongás, félelem. Ezeket kíséri olykor nehézlégzés, szapora szívverés, hosszantartó fejfájás.

2. Mióta és milyen erősséggel állnak fel az egyes panaszok?

Tavaly februárban kezdődött, akkor egy hét szabadság után ki tudtam jönni belőle, az utóbbi 8 hónapban viszont táppénzen vagyok. Augusztustól októberig szinte napi szinten fennállt valamelyik tünet, azóta szórványosan hol jobb hol rosszabb.

3. Milyen gondolati/ meggyőződései/félelmei vannak az egyes panaszokkal kapcsolatban?

Egyedülléttől, betegségetől való félelem leginkább. De sok félelmem van, amik összegyűltek az elmúlt években.

4. Hogy viselkedik Ön a fennálló tünetek kapcsán? Például: Mit tesz ezek enyhítése érdekében?

Igyekszem nem egyedül lenni, ezáltal elvonni a figyelmem a tünetekről. Hol sikerül, hol nem. Jelenleg 10mg cipralaxet szedek beállítva és 0.5mg rivotrilrt negyedelek maximum 4 negyedet egy nap.

5. Vannak-e Önön kívül álló, az Ön tüneteit befolyásoló tényezők?

Elég sok van, nehéz lenne egyet kettőt kiragadnom. Munkahely, magánélet leginkább.

6. Melyek azok a tényezők, amik nem engedik, hogy az Ön állapota javuljon?

Leginkább az élettől való félelmem. A létezésétől. Igyekszem megtenni minden tőlem telhetőt, de sok esetben nem elég. Nincs bizalmam az emberekben.

7. Mikor és hogyan kezdődtek a fennálló tünetek, ill. a pszichés problémák általánosságban?

18-19 éve volt az első pánikrohamom, amikor még nem tudtam, hogy ez az. Konkrétan sírórohamom volt egyik pillanatról a másikra.

8. A fenti kérdéshez kapcsolódva, Ön szerint mi válthatta ki az Ön pszichés problémáit?

Akkoriban talán a középiskolás éveimből hozott dolgok.

9. Az életében már több alkalommal szenvedett el pszichés kríziseket? Röviden írja le ezeket, lehetőleg évszámmal együtt.

Igen. Pontos évszámokat nem tudok, 2009 volt talán az első.

Abból elég hamar ki tudtam jönni másfél évig szedtem cipralaxet, majd miután abbahagytam évekig nem volt tünetem.

A következő talán 2015-16 környékén volt. Szintén viszonylag hamar lábra tudtam állni.

Azóta pedig szinte minden második harmadik évben előjött enyhébb tünetekkel.

10. Voltak az életében nyugodt, kiegyensúlyozott, „boldog” időszakok is? Ha voltak ilyenek, röviden írja le ezeket az életszakaszokat, lehetőleg évszámokkal.

Igen voltak. Középiskolás éveim első felében. Majd a sulis végeztével is amikor kinyílt a világ. Mindig is életszerető ember voltam. Motoroztam, bringáztam, buliztam. Ezek mostanra érdektelenné váltak számomra.

11. Milyen orvosi vizsgálatokon esett át a jelenleg fennálló tünetekkel kapcsolatban? Mik lettek az eredmények, lehetőleg évszám és hónap feltűntetése mellett listázza ezeket röviden.

Pszichiátriai magánrendelésre járok 2025 szeptemberétől a Győri kardirexbe. Nem vagyok vele megelégedve. Eleinte nem akarta felírni nekem a cipralaxet. Ami már eleve régen is hatott, hanem kísérletezgetett. Scippa, yarocen. A yarocenből 3 féle dózist. Egyik sem hatott. Jelenleg felírta végre a cipralaxet, kb 3 hete szedem, de úgy érzem 7 hónapom ment a kukába a kísérletezgetés miatt.

12. Kért már más szakembertől is segítséget? Kérem röviden írja le a korábbi kezeléseket (pl. pszichológus, pszichiáter, pszichoterapeuta által stb, mikor történtek ezek a kezelések és kb. mennyi ideig járt Ön az adott szakemberhez)?

Dr. Kopácsi Lászlóval kezdtem az elején. Nagyon sokat tudott segíteni. Szerettem. Sajnos nyugdíjba ment azóta. Az elején havonta jártam fél évig. Később a tünetek jelentkezésekor alkalmanként egyszer kétszer.

13. Kérem írja le, mi az amiben Ön változást remél a terápia által? Mik a céljai/vágyai/elképzelései?

Szeretnék változtatni az életemen. Kicsit jobban megbízni az emberekben, nem a másik embert tenni magam elé. Szeretnék egy nyugodt kiegyensúlyozott életet, amiben nem pörgetem túl az agyam, ahol nem félek az élettől, a létezésről.