

CANDIDA TEST

Część I – symptomatologia

Przy poniższych kratkach należy wpisać:

Jeżeli objaw jest bardzo nasilony i bardzo Panu/Pani dokucza proszę wpisać – 6 pkt

Jeżeli objaw występuje, ale nie jest dla Pani/Pana bardzo dokuczliwy proszę wpisać – 3 pkt

Jeżeli objaw występuje sporadycznie proszę wpisać – 1 pkt

Jeżeli objaw nie występuje proszę wpisać – 0 pkt

Objawy ogólne

- ☐ zmęczenie
- ☐ senność
- ☐ rozdrażnienie
- ☐ uczucie zdrętwienia, klucia, szczypania, pieczenia
- ☐ uczucie braku energii
- ☐ osłabienie mięśni, niezdolność do wysiłku
- ☐ ból i/lub obrzęk ścięgien
- ☐ obolałe mięśnie

Objawy z zakresu układu oddechowego i skóry

- ☐ problemy z zatokami
- ☐ płytki oddech
- ☐ uczucie ciągle zatkanego nosa
- ☐ bóle gardła
- ☐ podrażnienie krtani
- ☐ skrócony oddech, sapanie
- ☐ świąd w nosie
- ☐ suchy kaszel
- ☐ suchość w ustach i gardle
- ☐ pokrzywka
- ☐ egzemy
- ☐ łuszczyca
- ☐ sucha skóra

Objawy zakresu przewodu pokarmowego i układu moczowo-płciowego

- ☐ burczenie, przelewanie się w brzuchu
- ☐ zaparcia lub biegunki
- ☐ nadwrażliwość na pewne pokarmy np. mleko, produkty pszenne lub inne
- ☐ śluzowate stolce
- ☐ świąd odbytu
- ☐ spękane usta i biały język
- ☐ wzdęcia
- ☐ zgaga
- ☐ nieokreślone bóle brzucha
- ☐ zaburzenia pochwy: swędzenie, pieczenie
- ☐ niepłodność
- ☐ zaburzenia miesiączkowania
- ☐ napięcie przedmiesiączkowe
- ☐ zapalenie prostaty
- ☐ częste oddawanie moczu
- ☐ pieczenie w drogach moczowych
- ☐ impotencja
- ☐ niechęć do kontaktów seksualnych

Objawy z zakresu OUN i narządów zmysłów

- ☐ zaburzenia koordynacji
- ☐ bezsenność, zaburzenia snu
- ☐ zmiany nastroju
- ☐ obniżony nastrój
- ☐ napady lęku i płaczu
- ☐ w czasie głodu napady złości i drżenia
- ☐ bóle głowy
- ☐ ucisk za uszami, uczucie opuchnięcia głowy
- ☐ pieczenie, łzawienie oczu

Proszę zsumować punkty z wszystkich ramek w tym dziale i wpisać tu wynik

Część II – wywiad

Proszę zaznaczyć ramkę w taki sposób: ☒ przy pytaniach na które odpowiedź brzmi twierdząco.

Czy brał/a Pan/i kiedykolwiek antybiotyki dłużej niż jeden miesiąc? – 20 pkt ☐

Czy często (3-4 razy w roku) były brane antybiotyki szczególnie o szerokim spektrum działania (np. *Doxycyklina*, *Amotaks*, *Ospamox*)? – 20 pkt ☐

Czy były problemy z narządami rodnymi – zapalenie prostaty, pochwy, jajników? – 10 pkt ☐

Czy ogólnie źle się Pan/i czuje, jest Pan/i zniechęcon/a/y do jakiegokolwiek leczenia ponieważ dotychczasowe wizyty nie dały spodziewanych efektów? – 5 pkt ☐

Ma Pan/i kłopoty z pamięcią i koncentracją? – 10 pkt ☐

Czy stosuje Pan/i sterydy w formie inhalacji, iniekcji, tabletek? codziennie, co kilka dni – 10 pkt ☐
rzadko, 1-2 razy w miesiącu – 5 pkt ☐

Czy stosuje Pani pigułki antykoncepcyjne? dłużej niż rok – 10 pkt ☐
do roku – 5 pkt ☐

Czy ma Pan/i bliżej nie określone zmiany na skórze i paznokciach? – 20 pkt ☐

Czy bardzo lubi Pan/i słodczyce i czy trudno się bez nich obejść? – 10 pkt ☐

Czy pije Pan/i 2 i więcej kawy dziennie? – 5 pkt ☐

Czy spożywa Pan/i dużo dodatków do żywienia, jak: majonez, keczup, musztarda, Vegeta? – 5 pkt ☐

Czy jest Pan/i narażony/a na działanie perfum, środków ochrony roślin, wyziewów fabrycznych i występują na skutek tego: poważne problemy? – 10 pkt ☐
niewielkie problemy? – 5 pkt ☐

Ma Pan/i plombę amalgamatową? do czterech – 10 pkt ☐
więcej niż cztery – 20 pkt ☐

Proszę zsumować punkty z zaznaczonych odpowiedzi i wpisać tu wynik

Część III – wynik

Proszę dodać do siebie sumę uzyskanych punktów z obydwu działów i wpisać ją poniżej.

Istnieje bardzo duże prawdopodobieństwo, że Pana/Pani problemy są związane z candidozą

Jeżeli liczba punktów dla kobiety przekracza – 150 pkt

Jeżeli liczba punktów dla mężczyzny przekracza – 130 pkt

Istnieje wysoce prawdopodobny związek, że Pana/Pani problemy są związane z candidozą

Jeżeli liczba punktów dla kobiety przekracza – 90 pkt

Jeżeli liczba punktów dla mężczyzny przekracza – 70 pkt

Możliwy jest związek, że Pana/Pani problemy są związane z candidozą

Jeżeli liczba punktów dla kobiety przekracza – 50 pkt

Jeżeli liczba punktów dla mężczyzny przekracza – 40 pkt

Brak związku Pana/Pani problemów z candidozą

Jeżeli liczba punktów dla kobiety jest poniżej – 50 pkt

Jeżeli liczba punktów dla mężczyzny jest poniżej – 40 pkt

Uwaga!

Test ten służy do wstępnej oceny tego, czy ma się problem z candidozą czy też nie. Jest on jedynie pomocą dla pacjenta, jak też i dla lekarza, i nie powinno się opierać jedynie na wyniku tego testu.

Test opracował: lek. med. Krzysztof Krupka

Opracowanie graficzne: Tomasz Trojanowski

Test zamieszczono w miesięczniku „Optymalnik”: www.GazetaOptymalnik.pl