



POEM - خود تکمیل - اردو(بها)

براہ کرم اپنے ایکزیما کے بارے میں سات سوالات میں سے ہر ایک کے لیے ابک جواب منتخب کریں۔  
براہ کرم اُن سوالوں کو خالی چھوڑ دیں جن کا جواب دینے سے آپ قادر ہیں۔

1. پچھلے ہفتے میں، ایکزیما کی وجہ سے آپ کی جلد پر کتنے دنوں تک خارش رہی ہے؟

ہر دن	5-6 دن	3-4 دن	1-2 دن	کوئی دن نہیں
-------	--------	--------	--------	--------------

2. پچھلے ہفتے میں، ایکزیما کی وجہ سے کتنی راتوں تک آپ کی نیند خراب ہوئی ہے؟

ہر دن	5-6 دن	3-4 دن	1-2 دن	کوئی دن نہیں
-------	--------	--------	--------	--------------

3. پچھلے ہفتے میں، ایکزیما کی وجہ سے آپ کی جلد سے کتنے دنوں تک خون بہتا رہا ہے؟

ہر دن	5-6 دن	3-4 دن	1-2 دن	کوئی دن نہیں
-------	--------	--------	--------	--------------

4. پچھلے ہفتے میں، ایکزیما کی وجہ سے آپ کی جلد کتنے دنوں تک صاف رطوبت بہاتی رہی ہے؟

ہر دن	5-6 دن	3-4 دن	1-2 دن	کوئی دن نہیں
-------	--------	--------	--------	--------------

5. پچھلے ہفتے میں، ایکزیما کی وجہ سے آپ کی جلد کتنے دنوں تک پھٹی رہی ہے؟

ہر دن	5-6 دن	3-4 دن	1-2 دن	کوئی دن نہیں
-------	--------	--------	--------	--------------

6. پچھلے ہفتے میں، ایکزیما کی وجہ سے آپ کی جلد کے کتنے دنوں تک چھلکے اترتے رہے ہیں؟

ہر دن	5-6 دن	3-4 دن	1-2 دن	کوئی دن نہیں
-------	--------	--------	--------	--------------

7. پچھلے ہفتے میں، ایکزیما کی وجہ سے آپ کی جلد کتنے دنوں تک خشک یا کھرداری محسوس ہوئی؟

ہر دن	5-6 دن	3-4 دن	1-2 دن	کوئی دن نہیں
-------	--------	--------	--------	--------------

کل POEM اسکور (زیادہ سے زیادہ 28):