

# शादी से पहले मेडिकल टेस्ट: डॉक्टर के पास ले जाने वाली चेकलिस्ट

भरें, प्रिंट करें या फ़ोन में रखें · किसी को भेजने या ईमेल देने की ज़रूरत नहीं · Teqtis Health

 **चेकलिस्ट का इंतज़ार न करें:** HIV का खतरा पिछले 72 घंटे में हुआ हो, या अंडकोष में अचानक तेज़ दर्द हो, तो उसी दिन डॉक्टर या अस्पताल की इमरजेंसी में जाएँ।

## 1. मेरे लिए कौन-सी जाँच पर बात ज़रूरी है? (टिक करें)

| अगर "हाँ" है                                                               | किस जाँच पर बात करें                           |
|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 3 महीने में असुरक्षित संबंध या सुई साझा की?       | HIV, हेपेटाइटिस B/C; 72 घंटे के अंदर हो तो PEP |
| <input type="checkbox"/> पेशाब में जलन, घाव या डिस्चार्ज?                  | STI क्लिनिक में जाँच                           |
| <input type="checkbox"/> हेपेटाइटिस B का टीका याद नहीं?                    | टीका या बचाव की जाँच                           |
| <input type="checkbox"/> परिवार में थैलेसीमिया या खून चढ़ाने वाला बच्चा?   | थैलेसीमिया carrier जाँच                        |
| <input type="checkbox"/> परिवार में डायबिटीज़, वज़न ज़्यादा, या उम्र 35+?  | शुगर की जाँच                                   |
| <input type="checkbox"/> कभी BP ज़्यादा आया?                               | दोबारा और घर पर BP नापना                       |
| <input type="checkbox"/> जिम में इंजेक्शन, स्टेरॉयड या टेस्टोस्टेरोन लिया? | हार्मोन और फ़र्टिलिटी पर बात                   |
| <input type="checkbox"/> अंडकोष में चोट, सूजन या पुरानी सर्जरी?            | शरीर की जाँच; ज़रूरत हो तो फ़र्टिलिटी की बात   |
| <input type="checkbox"/> 3 हफ़्ते से पुराना मुँह का छाला?                  | डेंटिस्ट या डॉक्टर                             |
| <input type="checkbox"/> ऊपर किसी पर "हाँ" नहीं?                           | बेसिक मुलाक़ात: BP, वज़न, टीके और ब्लड ग्रुप   |

यह टिक-लिस्ट Teqtis Health की बनाई है, कोई मेडिकल स्कोर नहीं। आखिरी फ़ैसला डॉक्टर का।

## 2. मेरी दवाइयाँ, सप्लीमेंट और नशा

| नाम और ताक़त (पैक की फ़ोटो भी रखें) | कब से | कितनी / कितना |
|-------------------------------------|-------|---------------|
|                                     |       |               |
|                                     |       |               |
|                                     |       |               |
|                                     |       |               |
|                                     |       |               |

☐ PEP या PrEP ली ☐ जिम का इंजेक्शन / स्टेरॉयड ☐ सिगरेट / गुटखा / शराब ☐ किसी दवा से एलर्जी

### 3. डॉक्टर से पूछने के 10 सवाल (जवाब नीचे लिखें)

- मेरी हिस्ट्री देखकर कौन-सी जाँच ज़रूरी है और कौन-सी नहीं?  
.....
- मेरा HIV टेस्ट किस प्रकार का है, और उसका window period कितना है?  
.....
- मुझे दोबारा जाँच कब करवानी चाहिए?  
.....
- मेरा हेपेटाइटिस B का टीका पूरा है या नहीं?  
.....
- क्या थैलेसीमिया carrier जाँच मेरे लिए ज़रूरी है?  
.....
- मेरा BP घर पर कैसे और कितने दिन नापूँ?  
.....
- जिम में ली गई चीज़ों का फ़र्टिलिटी पर असर पड़ता है?  
.....
- किस जाँच के लिए खाली पेट आना है?  
.....
- रिपोर्ट का कौन-सा नंबर ज़रूरी है और कौन-सा नहीं?  
.....
- होने वाली पत्नी को साथ लाना ठीक रहेगा?  
.....

### 4. लैब का पैकेज मिलाने की शीट

| क्या पूछें                                 | लैब 1 | लैब 2 |
|--------------------------------------------|-------|-------|
| मेरी टिक-लिस्ट वाली जाँचें इसमें हैं?      |       |       |
| HIV टेस्ट किस प्रकार का है (लैब या रैपिड)? |       |       |
| डॉक्टर से रिपोर्ट पर बात शामिल है?         |       |       |
| खाली पेट किस जाँच के लिए?                  |       |       |
| रिपोर्ट कब और कैसे मिलेगी, राज़ रहेगी?     |       |       |
| कुल खर्च (₹)                               |       |       |

### 5. रिपोर्ट वाले दिन डॉक्टर से

|                                         |                                                           |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| <input checked="" type="radio"/> नॉर्मल | अगली जाँच कब? क्या कोई टीका बाक़ी है?                     |
| <input type="radio"/> थोड़ी गड़बड़      | दोबारा जाँच कब और कौन-सी? अभी लाइफ़स्टाइल में क्या बदलूँ? |
| <input type="radio"/> ज़्यादा गड़बड़    | किस डॉक्टर के पास जाऊँ? इलाज कब शुरू हो?                  |
| <input type="radio"/> इमरजेंसी के लक्षण | उसी दिन डॉक्टर या अस्पताल; रिपोर्ट का इंतज़ार नहीं        |

पूरी गाइड, स्रोत समेत: [teqtishealth.in/blog/shadi-se-pehle-medical-test](https://teqtishealth.in/blog/shadi-se-pehle-medical-test) · यह शीट जानकारी के लिए है, डॉक्टर की सलाह की जगह नहीं · यह शीट अपने पास रखें; किसी अनजान वेबसाइट या फ़ॉर्म में अपनी रिपोर्ट न भरें · © Teqtis Health, हिसार