

여성 갱년기 자가 테스트(KI)

No.	증상	건강상태점수				점수
		없음	약간	보통	심함	
1	안면홍조 및 식은땀	0	4	8	12	
2	손발저림	0	2	4	6	
3	불면증	0	2	4	6	
4	신경과민	0	2	4	6	
5	우울증	0	1	2	3	
6	어지럼증	0	1	2	3	
7	피로감	0	1	2	3	
8	관절통 및 근육통	0	1	2	3	
9	두통	0	1	2	3	
10	두근거림	0	1	2	3	
총점	-15~20점: 경미한 갱년기 상태 -21~35점: 중증도 갱년기 상태 -35점 초과: 심한 갱년기 상태	환자의 갱년기 점수				

Kupperman's postmenopausal index (KI)

No.	Factors	Point				Point
		None	Mild	Moderate	Severe	
1	Hot flushes, sweating	0	4	8	12	
2	Paresthesia	0	2	4	6	
3	Insomnia	0	2	4	6	
4	Nervousness	0	2	4	6	
5	Depression	0	1	2	3	
6	Vertigo	0	1	2	3	
7	Fatigue	0	1	2	3	
8	Joint pain	0	1	2	3	
9	Headache	0	1	2	3	
10	Palpitation	0	1	2	3	
Total Point	-15~20: Mild -21~35: Moderate -35 ↑ : Grave	Your patient's point				