山口醫院問診票

**平成　　　　　年　　　月　　　日**

**氏名**　　　　　　　　　**生年月日**　　　　　　　　　　　**職業**

**１、現在の体調の変化　問題点としていること**

**高血圧　高血糖　高脂血症　腰痛　頭痛　肩こり　胃腸系トラブル**

**内臓系トラブル　婦人科トラブル　アトピー　その他**

**２、現在の身長　　ｃｍ　　体重　　　　　㎏**

**３、過去の最低体重　　　　　歳頃　　　　　㎏**

**４、体重が増えだしたころ　　　　歳頃から　　　　㎏増加**

**５、ダイエットしたことはありますか？**

**ある（食事制限　単品ダイエット　炭水化物抜き　断食　エステ**

**ジム　その他）**

**ない**

**６、食事**

**規則的　不規則**

**朝食　　　時　　　昼食　　　時　　　夕食　　　時**

**食べる速さ　　ふつう　　　はやい　　　　遅い**

**食べる量　　　ふつう　　　多い　　　　　少ない**

**７、間食**

**しない　する　朝食　　　時　昼　　　　時　　夕食　　　　時**

**食べる内容は？**

**(和菓子　洋菓子　清涼飲料水　パン　ご飯　ラーメン　果物)**

**８、外食**

**しない　　する　 週　　　　回位（朝食　昼食　夕食）**

**外食で多いのは**

**(和食　洋食　中華　ラーメン ファーストフード　居酒屋)**

**９、好きな食べ物**

**（肉　魚　揚げ物　ご飯　麺類　パン　野菜　乳製品　菓子　その他　）**

**１０、嫌いな食べ物**

**（納豆　牛乳　豆乳　ヨーグルト　キムチ　レバー　キノコ　野菜　その他　　）**

**１１、コーヒー・紅茶**

**のまない　　のむ　　一日　　　杯　ミルク　砂糖**

**１２、アルコール**

**飲まない　　飲む　　毎日　　　時々　　　　週　　　　回**

**１３、お水　　　　飲まない　　　飲む　一日　　　ℓ　グラス　　　杯**

**１４、アレルギー**

**（アトピー　喘息　皮膚炎　金属　卵　牛乳　豆乳　薬品　ぞば　ゴマ**

**アルコール　　その他**

**１５、薬品の副作用　　　ある　　抗生物質　ホルモン剤　その他**

**１６、現在飲んでいる薬　ない　　　ある（　　　　　　　　　　　　　　）**

**１７、排便状態　　　　　毎日ある　ない　　　日に1回**

**１８、排尿状態　　　　　一日１、２，３、４、５、６回以上**

**１９、平熱　　　　　　　平均36度代　　高い37度代　　　低い　35度代**

**２０、肌の調子　　　　　吹き出物　ニキビ　しみ　そばかす　その他**

**２１、ストレス　　　　　ない　　　　ある　（すこし・かなり）**

**２２、疲労感　　　　　　ない　　　　ある　（精神的・肉体的）**

**２３、体質　　　　　（疲れやすい　風邪をひきやすい　のぼせ症　冷え性　頭痛　肩こり　腰痛　膝痛）**

**２４、睡眠　　　　　　　起床　　　時　　　就寝　　　時**

**平均睡眠時間　　　時間**

**２５、運動　　　　　　していない　　している（週１　週２～３回　毎日）**

**していると答えた方に質問　具体的に何の運動ですか？**

**ジムのマシーン　ジョギンク　散歩　ヨガ　太極拳**

**武道　水泳　ダンス　その他（　　　　　　　　　）**

**２６、栄養補助食品　　　飲んでいない　　飲んでいる（　　　　　　　　）**

**２７、既往歴　　　　　　 ない**

**ある　具体的に（　　　　　　　　　　　　 ）**

**２８、参考数値　　　　 　血圧　　 収縮期(上)　　　　拡張期（下）**

**血糖値　 空腹時　　　　食後**

**コレステロール　 ＨＤＬ　　　　　ＬＤＬ**