

【飲食の状況・嗜好品】

- ・食欲 (有・無)
- ・1日 食 偏りがちなものがあれば○をつけてください
(パン・米飯・和食・洋食・麺類・油もの・あっさり・肉・魚)
- ・時刻 朝 : 頃 昼 : 頃 夜 : 頃
(間食・夜食) : 頃
- ・好みの味に○、嫌いな味に×をつけてください
(酸・苦・甘・辛・塩からい)
- ・好みの食べ物:
- ・嫌いな食べ物:
- ・よく食す間食:(洋菓子・和菓子・アイス類・その他)
- ・(のどの渇き・のどの乾燥感・口中の乾燥感・口中の粘り
口中が苦い感じ・その他)がある
- ・季節を問わず(冷飲・温飲)を好む
- ・水分摂取量(1日に ℓ・ml)
- ・よく摂る飲み物の種類 ()
- ・カフェイン類(内容: 1日 ml)
- ・飲酒(無・毎日・週に・月に 回) 1回量(多・少)
種類 ()
- ・飲酒後の体調の変化 ()
- ・タバコ 本/日 銘柄:

【排泄物について】

【大便】

- ・回数: 日に 回 便秘薬の使用(有・無)
- ・量: 食べた量に対して(同等・少ない・多い)と感じる
- ・色: 黄土色・茶色・こげ茶・黒・緑・灰色・その他
- ・臭い: なし・あり・きつい
- ・残便感: なし・あり・便器に(つきやすい・つかない)
- ・形状(コロコロ・硬・普通・軟・先硬後軟・その他:)
- ・特徴(血が混じる、下痢と便秘を繰り返す・その他:)
- ・排便時の肛門の違和感
(痛い・熱い・切れる・脱肛・その他:)

【小便】

- ・回数: 1日に ~ 回・一回量(多・普通・少)
- ・色: (清・濁)(淡黄・濃黄・その他:)
- ・残尿感: なし・あり
- ・尿勢: あり・ややなし・なし
- ・尿切れ: よい・やや悪い・悪い
- ・泡立ち: なし・あり
- ・尿漏れ: なし・あり→どんな時か?
- ・排尿時: 熱い・痛い・冷える・不快感がある
- ・夜間尿: なし・あり(回・時刻 ~)

【発汗】

- ・(多汗・少汗・無汗)である
- ・熱い汗・冷たい汗・しょっぱい汗・無味・不明
- ・寝汗: あり・なし・左右差: なし・あり
- ・上半身:
顔・頭・額・鼻・首・胸・わき下・背・腕・手背・手掌
- ・下半身: 腹・腰・陰部・臀部・脚・足背・足底

【その他の排泄物】

- ・目やに(なし・あり: 左 右)
- ・耳垢(乾・湿・臭)
- ・傷が(治りやすい・治りにくい)
- ・ケガをすると(腫みやすい・腫みにくい)
- ・虫に(刺されやすい・さされにくい)

【目について】

- ・裸眼視力: 左 右・老眼: なし・あり
- ・視力補正具(なし・眼鏡・コンタクト・レーシック)
- ・目の疾患の既往歴:

【歯について】

- ・虫歯に(なりやすい・なりにくい)
- ・歯肉が(腫れる・やせる・出血する)
- ・歯の不調が(左・右・上・下)に起きやすい
- ・(義歯・インプラント・矯正の経験・顎関節症)がある

【寒温について】

- ・(暑がり・寒がり)である
- ・(手・足)が(冷える・ほてる)
- ・(腹・腰・肩・背中・首すじ)が(冷える・ほてる)
- ・冷える場合の対処法()

【爪・毛髪の状態】

- ・爪が(割れる・薄い・反る・その他)
- ・(抜け毛・切れ毛・白髪)が(ある・多い)
- ・髪が(パサつく・ツヤがない・フケ・その他)
- ・(白髪染め・ヘアカラー・パーマ)をしている

【睡眠について】

- ・就寝: ~ 時 起床: ~ 時
- ・熟睡感: あり・なし・中途覚醒: なし・あり
- ・寝つき: よい・悪い 寝床について(約 分で)寝つく
- ・寝起き: よい・悪い(約 分で)行動に移せる
- ・(いびき・歯ぎしり・寝言・無呼吸状態・夢遊病)がある
- ・夢(よくみる・時々みる・みない)
- ・夢の内容(追いかけられる・怖い・楽しい・過去・日常生活
訳が分からない・非現実的・色つき)
- ・食後の眠気: なし・あり(朝食・昼食・夕食)
- ・昼寝(する・しない・時々・休日のみ) 時間:
- 【普段よく抱く心情や感情があれば○をつけてください】
(怒り・悲しみ・幸福感・不快感・愛い・くよくよ・恐怖
不安・驚く・焦り・劣等感・怒り・感謝・困惑・絶望
無気力感・やるせなさ・その他:)

【入浴の状況】

- ・全入浴時間: 分
- ・温度: ℃(熱め・適温・ぬるめ)を好む
- ・湯舟につかる時間: 分× 回 シャワーのみ
- ・入浴後の体感: 該当するものすべてに○をつけてください
(すっきりする・のぼせる・疲労感がある・けだるい
汗が止まりにくい・冷える・体の熱感がとれない
息切れがする・眠くなる)
- ・入浴(中・後)に症状が(改善する・悪化する・不変)
- ・以上のように感じるようになったのはいつからですか?

【肉体負荷に対する反応】

- ・排便後の疲労感(なし・弱い・強い)
- ・排尿後の疲労感(なし・弱い・強い)
- ・発汗後の疲労感(なし・弱い・強い)
- ・運動後の疲労感(なし・弱い・強い)

【季節・天候・一日での変化】

- ・季節における症状・体調の変化(あり・なし)
- ・天候における症状・体調の変化(あり・なし)
- ・一日での体調の変化(あり・なし)

【衣服や住居、職場環境について】

- ・衣服は(薄着・厚着)が多い
- ・靴下・タイツ・ストッキングを(はく・はかない)
- ・住居は日当たりが(よい・悪い)・冷える・湿気
が多い・風通しが(よい・悪い)・騒音が気になる
- ・職場は
(暑い・寒い・足元が冷える その他:)

【ご家族および肉親について】

- 現在お住まいのご家族の構成について教えてください
- ・一人暮らし・同居人()人
- ・ペット(犬・猫・その他:)

【受診にあたってのご希望など】

- 例1) 長時間のうつ伏せが苦手です
- 例2) 空いている時間帯の治療を希望します
- ・
- ・