

【飲食について】
 〔食事について〕
 ・食欲 (有・無)
 ・量 (大量・普通・小食)
 ・1日 食
 〔具体的に〕
 ・食事の時間 (規則的・不規則)
 〔具体的に〕
 ・夜食の食事 (なし・あり→時刻; 量; 質;)
 ・五味 (酸・苦・甘・辛・鹹)
 ・味付け (濃い・普通・薄い)
 ・好物
 ・嫌物
 ・間食
 〔飲み物について〕
 ・(口の乾き・咽喉の乾き・口粘・口苦)が(ある・ない)
 ・(氷入り・冷飲・温飲)を好む
 ・(潤す程度に・少しづつチビチビと・一気にゴクゴク)と飲む
 ・水分摂取量 (1日に)
 ・摂取した水と尿との量の比較;
 ・飲み物の種類
 〔嗜好品について〕
 ・カフェイン類 ()
 ・飲酒 (なし、週・月に 回、平均量)
 ・飲食後の体調変化
 〔具体的に〕
 ・タバコ 本
 ・その他

【排出物について】
 〔大便〕
 ・回数; 日に 行
 ・一回量;
 ・色 ;
 ・臭 ;
 ・残便感;なし・あり
 ・形状 ; 兔糞状・硬・普通・軟・下痢気味・先硬後軟・血が混じる・下痢と便秘をくり返す・その他
 ・排便後;疲れる(自汗・短気・少気・悪寒・腹痛・その他)・スッキリする
 ・便器に (つきやすい・つかない)
 ・排便時の肛門の違和感(痛い・熱い・脱肛がある・切れる・その他)
 ・旅行など環境変化や精神的緊張で(下痢する・便秘する・何も変化なし)
 〔小便〕
 ・回数;1日に ~ 回
 ・一回量;
 ・色 ;透明・淡黄・濃黄・黄濁・血が混じる・その他
 ・臭 ;なし・あり→どんな臭;
 ・残尿感;なし・あり
 ・尿 勢;なし・ややなし・あり
 ・尿 切;悪い・やや悪い・よい
 ・尿もれ;なし・あり→どんな時;
 ・泡立ち;なし・あり
 ・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 ~ 時)
 ・排尿後の疲労感(あり・なし)
 〔発汗〕
 ・(多汗・少汗・無汗)である
 ・上半身;顔・頭・額・鼻・首・胸・腋下・背・上肢・手背・手掌
 下半身;腹・腰・陰部・臀部・下肢・足背・足底
 その他

・左右差;なし・あり
 ・盗汗;あり・なし
 ・(発汗・盗汗)の後、(疲れる・疲れにくい)
 ・冷たい汗・熱い汗・しょっぱい汗・無味・不明
 〔痰〕
 ・あり・なし
 ・切れやすい・切れにくい
 ・興奮や緊張で痰が (からむ・からまない)
 ・色 ;透明・白濁・黄・黄緑・血痰・その他
 ・性状;水状・やや粘・粘
 〔その他の排出物〕
 ・目やに (なし・あり;左 右)
 ・耳垢 (乾・湿・臭)
 ・鼻水 (なし・あり;性状→水状・粘、色→)
 ・傷が (治りやすい・治りにくい)
 ・涙が (出やすい・普通・出ない)どんな時;
 ・ケガをすると (腫みやすい・腫みにくい)
 ・虫に (刺されやすい・指されにくい)
 【目について】
 ・目が(疲れる・かすむ・乾燥する・かゆい・ゴロゴロ)する・充血する・まぶしい・その他)
 ・それはどんな時か。
 【歯について】
 ・虫歯がない・ある 本数(治療済み含む); 本)
 ・義歯がない・ある;全部・部分的 年数; 年前から)
 ・歯肉の出血がない・ある)
 ・歯肉が (腫れない・腫れる)
 ・歯肉のヤセがない・ある)
 ・口内炎が (できない・できやすい→部位;)
 ・歯痛がない・ある 部位;上歯・下歯、左・右)
 【耳について】
 ・耳鳴りが (ない・ある 音質;)

・耳聾がない・ある 左右差;左 右)
 ・耳の既往歴
 【手足などの寒暖】
 ・(手・足・その他)が(冷える・温かい)
 ・(暑がり・寒がり・どちらも)である
 ・(朝・昼・夜)の手足のほてり(あり・なし)
 【爪・毛髪の状態】
 ・爪の状態 (割れやすい・異常なし・その他)
 ・毛髪の状態(抜け毛・切れ毛・白髪)が(ない・多い)。
 (パサつく・つやがない・フケが出る
 いつから)
 【睡眠の状態】
 ・睡眠時間; ~ 時間
 ・就 寝; ~ 時・起床; ~ 時
 ・熟睡感 ;あり・なし
 ・寝つき ;寝床について (すぐ・約 分後)に寝ることができる
 ・寝起き ;目が覚めて (すぐ・約 分後に) 行動に移すことができる
 ・(いびき・歯ざしり・寝言・夢遊癖・無呼吸状態)がある
 ・食後に(眠くなる・眠くならない)
 ・昼寝 (する・しない・時々・休日のみ) 時間;
 【眠りの状態】
 ・小さな物音でも起きてしまう
 ・一度目が覚めると眠れない
 ・一度眠ると朝まで起きない
 ・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・訳がわからない・非現実的・色つき
 〔具体的に〕