

TÁPLÁLKOZÁSI ANAMNÉZIS

Anamnézis lap típusa:

.....

Személyes adatok:

Név: Email:

Születési idő: Telefonszám:

Egészségügyi adatok:

Betegségek:

Étkezéssel kapcsolatos panaszok, táplálékallergia:

.....

Jelenlegi panaszok:

.....

Testmagasság [cm]:	Jelenlegi testtömeg [kg]:	Dohányzik?
.....

Változott a testsúlya az elmúlt két év során?

Ha igen, csökkent vagy gyarapodott, illetve milyen mértékkel (kg)?

.....

Szedett gyógyszerek, étrend-kiegészítők és gyógyhatású készítmények

(Rendszeresen fogyasztott termék megnevezése, mennyisége):

.....

Étkezés:

Jelenleg tart valamilyen diétát? Ha igen, kérem, írja le a jellemzőit:

.....

Étkezések száma naponta és ezek időpontjai:

.....

Melegételeit döntően házilag készíti vagy rendel?

Édesítésre jelenleg mit használ?



Hányszor fogyaszt egy héten:

száraztésztát:

.....

burgonyát:

.....

salátát/főzeléket:

.....

Fogyaszt-e naponta:

tejet:

.....

zöldséget:

.....

gyümölcsöt:

.....

édességet:

.....

Étvág:

változása:

.....

hányinger:

.....

hányás:

.....

gyakoriság:

.....

gyakoriság:

.....

Széklet:

rendszeressége:

.....

hasmenés:

.....

székrekedés:

.....

gyakoriság:

.....

gyakoriság:

.....

Kedvelt ételek:

Nem kedvelt ételek:

Panaszt okozó ételek, élelmiszerek:

Mozgás

A napjából mennyit tölt (óra/nap):

ülőmunkával:

.....

könnyű fizikai munkával (pl.

háztartási munkával)

.....

nehéz fizikai munkával

.....

Napi lépésszám:

Szokott-e intenzíven mozogni, illetve sportolni (az elmúlt negyedévben)?

Ha igen mit, milyen rendszerességgel és mennyit?

.....

Folyadékfogyasztás

Naponta összesen (liter):

Ebből:

ivó- vagy ásványvíz (dl): gyümölcs-, gyógynövénytea (dl): élénkítő hatású tea (dl):

energialtal (dl): tej (dl): kávé (dl):

kávé ízesítő: cukor édesítő méz tej növényi ital

gyümölcsle (dl): szénsavas üdítőital (dl): alkohol (dl):

konkrétan: konkrétan:

egyéb:.....

Megjegyzés: