



「非常にあてはまる」場合◎、「あてはまる」ものに○、どちらかと言えばあてはまるものに△を御記入ください。できれば赤ボールペンで記入して下さい。

【食事】 一日 食（配分；朝：昼：夕：夜） 間食（あり：回／日；なし）

【食欲】（良好 普通 ない） 食べる量（少量・普通・多い） 食べすぎ傾向（あり なし）

【食べ物の好み】 甘いもの 塩辛いもの 酸っぱいもの 香辛料のきいたもの 油っこいもの

肉類（牛 豚 鶏） 魚類（刺身 焼き魚 煮魚） 野菜類（生 温） 鶏卵 魚卵

乳製品 果物 菓子類（ 饅頭 ケーキ チョコレート 菓子パン ）

その他（ ）

【睡眠】 よい 普通 眠れない（寝つきが悪い・途中で目が覚める・早朝に目覚めてしまう）

熟睡感がない 夢を多くみる いびき 無呼吸 日中にやたらと眠い 昼寝をする

就寝：（ 時） 睡眠薬（常用・しばしば使う・時々のみ・ほとんど使わない）

よく使っている睡眠剤の名前：（ ）

【小便】 1日に（ ）回位 夜間に（ ）回位 尿量（多い・普通・少ない）

排尿困難 排尿痛 しぶる 尿もれ 色（濃い・普通・うすい）

【大便】（ ）日に（ ）回位 残便感 便秘と下痢を繰り返す 時に血が混ざる

下剤を服用している（その名称 ）

便の性状（硬い・普通・軟らかい・泥状・水様・未消化便 コロコロした兔糞状 ）

【全身症状】 疲れやすい 寒がり 暑がり 風邪をひきやすい 水分を多くとる

汗が（多い・普通・少ない） 寝汗をかく 性欲減退

◎こり（首・肩・背中・腰・その他）

◎関節の痛み（肘・手首・指・足首・膝・股 その他）

◎他の痛み（手・足・肩・腰・その他）

◎しびれ（手・足・その他）

◎だるさ（腕・足・腰・全身・その他）

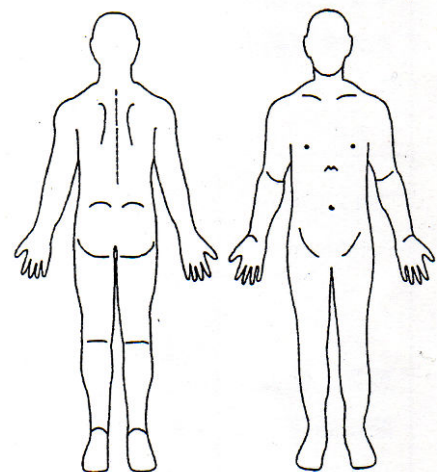
◎冷え（手・足・腰・背中・全身・その他）


◎ほてり（顔・手・足・その他）

◎かゆみ（頭・顔・手・足・体・全身・その他）

◎むくみ（顔・手・足・その他）

◎めまい（フワフワする 右か左かに引っぱられる感じ 回転する）



上記の図で症状のあるところを  
 で示して下さい。

- 【頭】頭痛 頭重 頭鳴り ふらふらする 立ちくらみ 頭がぼーっとする 乗り物酔い
- 【目】視力低下 疲れる かすむ 充血しやすい ショボショボする くまがしやすい
- 【鼻】鼻水 くしゃみ 鼻閉 鼻水がのどにおりる 鼻血が出やすい 蓄膿症がある
- 【耳】耳鳴 (右 左 両側 : 音の性質 ) 難聴 耳閉感
- 【口】口の中が(渴く・苦い・粘つく) 唾液やよだれ多い 味覚異常 舌が痛む  
口内炎がしやすい 唇が乾く
- 【のど】痛い 扁桃腺がはれやすい 何かがつかえている 違和感 奥が渴きやすい  
声のかすれ
- 【胸部】咳 (出始めると止まらない 明け方に出やすい 痰が出る 痰が出ない  
体が暖まると出る 寒気に当たると出る ゼーゼーする) カゼの後に咳だけ残る  
息切れ 動悸 胸が痛い 胸がつまる 胸苦しい 胸やけ
- 【腹】みぞおちが(つかえる・痛い) 胃のもたれ ゲップ 吐き気 嘔吐  
腹が(痛い・張る・鳴る) ガスが多い 膨満感
- 【皮膚】カサカサ ジクジク かゆみ しもやけ 吹き出物 爪がもろい 髪がぬける  
手が青白くなる 顔が赤い 汗をかきやすい 青あざがしやすい
- 【手足】手のこわばり 手足がだるい 足に力は入らない 足がふらつく こむら返り
- 【精神】やる気がでない 憂うつ 自分はダメな人間と思う 生きるのがつらい 不安感  
すぐ怒る イライラする 驚きやすい 職場が悪い 他人に誤解されている  
音に敏感 感情の起伏が激しい 物忘れが多い

女性の方に質問です

初潮 ( ) 才 閉経 ( ) 才 最終月経 ( 月 日)

妊娠の可能性 (なし・あり)

分娩 ( ) 回 自然流産 ( ) 回 人工流産 ( ) 回

月経周期 順・不順 ( ) 日 出血期間 ( ) 日 出血量 (多・普通・少)

月経痛 ( ~ ) 日目 鎮痛剤 ( ) 排卵痛 おりものが多い

月経前の不快な症状 ( )

漢方薬についてお聞きします

今まで内服したことが（ない・ある）

ある方→ 漢方薬名（ ）・漢方薬名はわからない

煎じ薬 （ ぜひ試したい 必要ならやっても良い できれば敬遠したい ）

その他気になる症状や相談したいことがございましたら御記入ください。