

こんにちは、AROUND INDIAの田村ゆみです。

「南インド・アーユルヴェーダ病院リトリート2023」にお申し込みいただきありがとうございます。

現地での医師による診察の参考資料にさせていただきますので、診察のサポートをご希望の方は、こちらにご記入の上、7月13日以降に記入し、8月13日までにご提出ください。

※念のため、お手元にもコピーを残しておいてください。

【提出方法】 <https://www.dropbox.com/request/coxda5e8dVScaWFwHsts> にアクセスして、アップロードしてください。QRコードからもアクセスできます。



お名前 男・女

ご住所 〒

お電話番号（携帯・家・仕事 | 電話はかけないで欲しい・留守番電話に入れてほしい）

メールアドレス ※携帯メールはエラーになることが多いので、できればPCメールをご利用ください

お仕事 または 生活について

職種や作業内容、例えば出張が多い、立ち仕事、座り仕事、パソコンの使用時間、特定の部位に負荷がかかる作業などを書いてください。

体型について

モデルさんやお相撲さんと比べるのではなく、標準と比べてみましょう。大きく体重の変動があった場合は、その時期・思い当たる理由も書いてください

太め 中肉中背 痩せ型

現在の不調について

体だけでなく、心の不調についてもご記入ください。

不調の内容	期間・はじまり・タイミング	対処・薬・治療・診断

現在の不調に関する追記があれば、自由にご記入ください。

アレルギー 有・無 （具体的に教えてください、種類・期間・激しさ。お薬の有無）

過去の病歴

現在の不調以外に、これまで何か病気をしたり、体や心に不調はありましたか？

その不調に対して、投薬や治療を受けていたら、時期や内容を教えてください。心のトラウマなども、こちらにご記入ください。

ご家族の病歴について

ご両親・祖父母まで、病気や死因をわかる範囲で教えてください

病名	関係	特記事項
糖尿病		
高血圧		
黄疸		
痔		
ガン		
潰瘍		
貧血		
甲状腺		

消化、排泄、睡眠について

気になることがあれば、自由にご記入ください。

食欲・消化力	普通・あまりない・旺盛・日によって異なる・すぐお腹が減る など (起床時は空腹ですか?)
排便・量・色	【頻度】 毎日 または 日に 回 【傾向】 便秘・下痢・交互・良好
	小さい頃からですか?変わったのはいつ頃ですか?ガスは?
尿量・回数・色	【量】 普通・少ない・多い・頻繁 【傾向】 黄が強い・血尿・夜中のトイレ・匂い・色み・痛み
睡眠	【時間】 適度・短い・長い 【傾向】 昼寝・浅い・深い・途中で起きる (回)

生理について

周期	規則的・不規則 (日周期) 初潮 歳
量	普通・少ない・多い
内容	【生理痛】なし・時々・いつも (どんな時?何日目?) 【痛み】軽い・激しい 腰痛・頭痛 (薬を飲んでますか?) 【塊】有・無
PMS	【生理前の不調】有・無 (どんな不調ですか?どんなタイミングが辛いですか?)
婚姻状況	既婚・未婚 お子様 名 (年齢も教えてください)

出産について、特記事項があれば記入してください。

生活習慣について

食習慣	ベジタリアン ・ ノンベジタリアン
	特に好んで食べる、はまっている食べ物) よく食べてしまう味の傾向。甘・酸・塩・苦・辛・渋
量	普通・少ない・多い
嗜好品	タバコ・お酒（頻度や量）

特記事項

書き足りないことがあれば、こちらにご記入ください。