

お名前 \_\_\_\_\_ 年齢 \_\_\_\_\_ 歳

今困っている症状を順にお書きください。

症状 \_\_\_\_\_ いつ頃からですか \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )
2. \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )
3. \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )

\*スペースが足りなければ、裏面にご記入ください。

上記の症状について今までにかかった病院、受けた治療があれば、お書きください。

今の体調にあてはまるものがあれば、印をつけてください。

よくある ○ たまにある △ 特に気になる ◎

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 1 人よりも(暑がり、寒がり、どちらでもない)                   | 21 一回の尿量が(少ない、多い)                   |
| 2 人より(厚着、薄着、どちらでもない)                      | 22 尿の色は(濃い、薄い、黄色い、白い)               |
| 3 冷え性                                     | 23 夜中に( )回、排尿に起きる                   |
| 4(夏でも冷える、寒い時だけ冷えが辛い)                      | 24 便秘することが多い                        |
| 5(手、足、腰、お尻、お腹、背中、首筋)が冷える                  | 25 下痢や軟便が多い                         |
| 6 しもやけができたことがある                           | 26 便は(固い、柔らかい、ちょうど良い、出始めだけ固く後は柔らかい) |
| 7 クーラーが苦手                                 | 27 排便は( )日に( )回                     |
| 8 冷えると体調が悪くなる                             | 28 (冷え、ストレス)で腹痛、下痢しやすい              |
| 9 夏も靴下をはいて寝る                              | 29 腹痛を伴わない下痢をすることがある                |
| 10 のぼせたり、ほてったりしやすい                        | 30 便秘と下痢を繰り返すことが多い                  |
| 11 (手のひらや足の裏)を(熱く感じる、発汗する)                |                                     |
| 12 少し動くと汗をかく(夏のみ、冬でも)                     | 31 寝付きが良い                           |
| 13 夏はしたたり落ちるほど汗をかく                        | 32 なかなか寝付けないことが多い                   |
| 14 寝汗(睡眠中の汗)をかきやすい                        | 33 夜中に目が覚めることが多い                    |
| 15 食欲が(ふつうにある、無い、ありすぎる)                   | 34 夢を見ることが多い                        |
| 16 人より小食                                  | 35 ぐっすり寝て、目覚めが良いことが多い               |
| 17 食後に眠くなることが多い(朝、昼、夕食)                   | 36 ぐっすり眠れず、疲れが残ることが多い               |
| 18 喉や口に(乾燥感がある、口渇がある)                     |                                     |
| 19 (温かいものが飲みたい、冷たいものが飲みたい、あまり水分をとりたいが無い)  | 37 疲れやすい、だるい                        |
| 20(温かい 冷たい) 食べ物が好き または(冷たいものをのみたいが辛抱している) | 38 息切れしやすい                          |
|   | 39 動悸(突然ドキドキしやすい)                   |
|   | EK                                  |
| 20 一日 24 時間の排尿回数約( )回                     | 40 風邪を引きやすい、治りにくい                   |
|   | 41 咳や痰が多い                           |

HK

- 42 お腹の不快感や痛みがしばしばある
- 43 胃腸が弱いと感じる
- 44 吐き気、げっぷ、ガスが多い
- 45 食後にお腹が張ることが多い
- 46 手足がだるいと感じることが多い
- 47 食べ物の味を感じないことが多い
- 48 食べるとすぐ、便ができることが多い  
腹痛は(温める、冷やす)と軽減する

- 49 立ちくらみしやすい
- 50 排便後、肛門が出たままになる
- 51 子宮、下腹が下がっている感じがする

- 52 鼻血が出やすい
- 53 皮下出血やあざができてやすい
- 54 月経以外に出血することがある

- 55 ふらつきやめまいを感じる人が多い
- 56 耳鳴りがする
- 57 耳が聞こえにくい時がある
- 58 足や膝がだるい、力が入りにくい
- 59 精力の減退を感じる
- 60 腰が(だるい 痛い)ことがある

- 61 頭が重い感じがする
- 62 帯下(おりもの)が多い
- 63 雨の湿度の高い日に体調が悪い
- 64 薄い痰が出やすい
- 65 お腹が鳴ることがよくある
- 66 胃がポチャポチャすることが多い
- 67 むくみを感じる人が多い
- 68 口渇あるがあまり水を飲みたくない

- 69 口が苦いことが多い
- 70 膿を持つ湿疹ができてやすい
- 71 身体がかゆいことが多い
- 72 黄色い痰やねばった痰が多い

- 73 お腹や胸が張ることが多い
- 74 排便後にお腹が痛むことが多い
- 75 喉や胃がつかえる感じがする

- 76 げっぷやガスが出ると楽になる
- 77 お腹の痛い場所が移動する

- 78 イライラすることが多い
- 79 目の充血や目やにが出やすい
- 80 頭痛になりやすい
- 81 怒りっぽい、かっとしやすい
- 82 胸焼けしやすい

- 83 皮膚が乾燥しやすい
- 84 唇が割れやすい
- 85 熱がないのに熱っぽく感じる
- 86 夜間睡眠中に汗が出る

- 89 肩や背中や首のコリが辛い
- 90 シミや色素沈着ができてやすい
- 91 静脈瘤がある
- 92 血族関係者の病気  
(心臓病、がん、脳梗塞、糖尿病、他)  
どなたが 病名

- 92 物忘れをしやすい
- 93 不安感がある
- 94 筋肉のつりをおこしやすい
- 95 筋肉がピクピクしやすい
- 96 髪の毛が抜けやすい
- 97 爪がもろい
- 98 目が疲れやすい、かすみやすい
- 99 目が乾燥しやすい
- 100 手足がしびれることが多い
- 101 頭がぼーっとしてふらつく

- 102 ストレスが強いと感じる
- 103 生きがいをあまり感じない
- 104 気持ちが落ち込む、憂鬱なことが多い
- 105 くよくよ考えることが多い
- 106 物事をきちんとしないと気が済まない
- 107 ストレスが辛くても我慢することが多い

108 タバコを吸う（一日 本）

109 酒を飲む（1日の量 ）

薬のアレルギー

（何で、どのような症状がでましたか？）

身長（ ）cm 体重（ ）kg 最近の増減（有・無）  
有なら 具体的に（何か月・何年で何 kg ぐらい）

既往歴

過去に大きな病気や手術、通院がありますか？

（何歳ごろ 病名、手術名）

アレルギー既往

110 花粉症（春のみ、秋も）症状あり

症状は（軽い、強い、年による） 治療をうけている（内服・点鼻・点眼・漢方薬）

111 アトピー性皮膚炎 治療（不要、治療中）

112 喘息（治療中、治療不要）

113 アレルギー性鼻炎（治療中、治療不要）

その他、気になることがあれば自由にご記載ください。

以下は女性の方のみお答えください。

初経（ ）歳 閉経（ ）歳

出産（ ）回 流産（ ）回 中絶（ ）回

月経周期（ ）日周期

（順調、不順）

周期（遅れがち、早まりがち、遅れたり早まったり）

月経量（多い、ふつう、少ない）

血の塊がでることが（ある、ない）

月経痛（ひどい、少し、気にならない、全くない）

痛いのは 月経の（前、後）、月経（前半、後半）

痛む場所（下腹部、脇腹、腰、臀部、場所うごく）

どんな痛みですか？

（激痛、鈍痛、ぎゅーっとしぼられるよう、しくしくする、針で刺されるよう）

（温めると楽、冷やすと楽、血の塊が出るとやわらぐ）

月経前後にいつもと違う症状はありますか？

（イライラ、不安、不眠、落ち込み、だるい、眠い、乳房の張り、お腹の張り、頭痛、むくみ、湿疹、下痢や軟便、便秘、めまい、尿量の変化、食欲が増す、食欲がなくなる）

その他（ ）