

Geachte patiënt, om u alomvattende individueel afgestemde geneeskunde te kunnen aanbieden, zou het goed zijn dat u zo veel mogelijk van onderstaande vragen beantwoordt.

Vragenlijst van mevrouw, mijnheer, kind, academische titel:

Geboortedatum:

Adres:

Postcode/woonplaats:

E-mailadres:

Telefoonnummer privé:

Telefoonnummer werk:

Ziekteverzekering (mutualiteit):

Opleidingsniveau:

Wat doet u van werk?

Wat zijn u huidige klachten? (wanneer, waar, hoe vaak, hoe lang, op welke momenten, wat heeft u al geprobeerd om u klachten te verbeteren?)

Voorafgaande ziektes?

Operaties?

Ongevallen?

Letsels aan de wervelkolom of aan het hoofd?

Whiplash?

Littekens?

Allergieën?

--hooikoorts? (bomen, gras)

--huisstof/mijt

--voedingsstoffen

--dieren

Ziektes/symptomen van de moeder?

Ziektes/symptomen van de vader?

Ziektes/symptomen van de grootmoeder (langs moeders kant)?

Ziektes/symptomen van de grootmoeder (langs vaders kant)?

Ziektes/symptomen van de grootvader (langs vaders kant)?

Ziektes/ symptomen van grootvader (langs moeders kant)?

Ziektes/symptomen van de eigen kinderen (indien van toepassing)?

Medicatie/ Voedingssupplementen?

--Welke middelen? 1. 2. 3. 4.

--Dosering? 1. 2. 3. 4.

--Hoe vaak neemt u het middel in?
1. 2. 3. 4.

--sinds wanneer? 1. 2. 3. 4.

Kruiden/ plantaardige thee/medicatie?

Rookt u? _____ sinds wanneer? _____

Hoe veel rookt u? _____

Wat rookt u? _____

Overige drugs?

Alcohol?

Hoe vaak per week?

Hoe veel?

Borstvoeding als kind? _____ Hoe lang?

Hoe was de eigen zwangerschap? Waren er bijzonderheden?

Hoe was de eigen bevalling?

Wanneer kwamen de eerste tandjes?

Wanneer bent u beginnen spreken?

Wanneer bent u beginnen stappen?

Psyche:

Gebrek aan energie, vermoeidheid?

Depressie?

Onrust?

Concentratieproblemen?

Geheugenproblemen?

Angsten (hoogtevrees, omweer, donkerheid, dieren, tunnels, liften, onbekenden, toekomst, examens, gezondheid, kinderen, familie, ouders.. enz.)?

Belastende factoren op de werkplaats?

Belastende factoren in de relatie/ met uw partner/ bij de zoektocht naar een partner?

Belastende factoren met de familie?

Belastende problemen met vrienden?

Hobby's:

Beschrijving van de werkplaats:

Huid:

Uitslag?

Neurodermitis (Constitutioneel of atopisch eczeem)?

Roos (seborrhisch eczeem)?

Koortsblaasjes/genitale herpes?

Wratten?

Bloeden van de neus?

Aften of zweertjes in de mond?

Scheurtjes tussen de tenen?

Scheurtjes aan de toppen van uw vingers?

Scheurtjes mondhoeken?

Scheurtjes neus?

Overmatige eelt?

Snel last van blauwe plekken?

Droge huid?

Roos op de hoofdhuid?

Kunt u tegen schapenwol op de huid?

Vettige huid?
Vettig haar?
Droog haar?
Moedervlekken?
Levervlekken?
Hoe vaak bent u in uw leven al naar de zonnebank geweest?
Allergie tegen nikkel?

nagels:

Breken ze, zijn ze fragiel?
vlekken?
kalknagel?
--Waar?
--Hoe veel?

Haar

Verliest u haar?
--Vaag
--Regionaal
--Lokalisatie

Haar dat snel breekt?

Oren

Oorsuizingen, hoort u geluiden?
Verminderde auditieve capaciteiten?
Pijn in de oren?
Krakende geluiden in de oren?
Veel oorsmeersel?
Jeuk?
Duizeligheid?
Scheuren achter de oren?
ontstoken oorgaten?

Hoofdpijn

Migraine?
--Hoe vaak per maand?
--Met braken?
--Met visuele verstoringen?
--Met misselijkheid?
--Met diarree?
--Met andere neurologische storingen?
Hoofdpijn?
--Hoe vaak per week?
Is de zon op het hoofd een probleem?

Neus

sinussen?
Allergie?
snurken?
Niezen?
Slijm?
Korsten?
Hoe is de luchtvochtigheid in procenten?
--in uw woning?
--Op uw werk?
--hoe vaak rijdt u met de auto, per dag?

Ogen

Droge ogen?
tranen?
Visuele storingen?
Cataract?
Glaucoom?
Wanneer was het laatste oogdrukonderzoek?
Laatste onderzoek van de oogachtergrond?
Jeuk?
Draagt u lenzen?

Mond/keel

afgestorven tanden?
Ontstekingen aan de wortels van uw tanden?
Tandvleesontstekingen?
Aften?
Metalen:
--amalgam?
--Goud?
--Palladium?
--Titanium?
--kunststof?
--Ceramisch?
--Implantaten?
apicoectomie?
Slechte adem?
Bedekte tong?
Rare smaak in de mond?
-- geen smaak, vaak zuur, vaak bitter, vaak rot, vaak bloederig?

Schildklier:

vergroting?
Ontsteking?
Cystes?
Knopen?
Antilichamen?
Auto-immune ziekten?
Kunt strak zittende kledij rond de hals verdragen?

Thorax:

Hoest?
--acut?
--Chronisch?
Heesheid?
Zwak immuunsysteem/ vaak ziek?
Astma?
--Allergisch?
--astma door belasting?
Pijn?
--wanneer u ademend?
--bij inspanning?
--na een maaltijd?
--na kwaadheid of woede?

Hart/cyclus:

Bloeddruk?
pols?
Hartkloppingen/ palpitaties?
tachycardie?

Hartsteken?

Voeding:

Hoe groot bent u?

Hoeveel weegt u?

BMI?

Vetmassa?

Hoe vaak eet u fruit/verse vruchtensappen? Per week: _____

Welk fruit?

Hoe vaak eet u salades/rauwe groenten? Per week: _____

Welk salades/rauwe groenten?

Hoe vaak eet u groenten/drinkt u groentesappen? Per week: _____

Welke groenten?

Hoe vaak eet u volkoren producten? Per week: _____

Vegetariër?

Hoe vaak eet u worst/of vleeswaren op de boterham? Per week: _____

Hoe vaak vlees? Per week: _____

Hoe vaak vis? Per week: _____

Hoe vaak gefrituurde of gepaneerde maaltijden? Per week: _____

Hoe veel eieren per week?

Hoe vaak noten? Per week: _____

Welke olie gebruikt u? _____

Eten u boter of margarine? _____

Hoe vaak zuivelproducten? Per dag: _____ Per week: _____

Welke zuivelproducten? _____

Hoe vaak alcohol? _____

Welke soort alcohol? _____

Hoe vaak frisdranken (Cola)? Per week: _____

Hoe vaak eet u light producten? Per week: _____

Hoe vaak snoept u/ eet u suiker? Per week: _____

Hoe vaak eet u diabetes producten? Per week: _____

Hoe vaak suikervervangende middelen? Per week: _____

Welke andere dranken? _____

--Totale hoeveelheid vloeistof per dag (alle dranken samen) _____ liter?

--Drinken u 's nachts? _____

--Zwarte thee, hoeveelheid? _____

--Groene thee, hoeveelheid? _____

--Koffie, hoeveelheid? _____

Eet u suikervrije kauwgoms of zuigpastilles?

Wat eet u het liefst? _____

Wat lust u helemaal niet? _____

Welke producten verdraagt u niet goed, van welke producten merkt u iets als u ze eet?

Voedselallergieën?

Treden er klachten op na de consumptie van:

-- Brood, muesli, aardappels, rijst, pasta? Glutenintolerantie?

-- Harde kaas, Emmentaler, rode wijn, tonijn, zuurkool of salami? Histamine-intolerantie?

-- suikersubstituten, zoetstoffen, producten voor diabetici, dieetproducten en/of kunstmatig gezoet voedsel?

-- Melk of zuivelproducten? lactose-intolerantie?

-- Fruit, vruchtensappen, frisdranken? fructose-intolerantie?

Maag/ darmen

Frequentie van de stoelgang? _____ x/dag _____x/week

Veranderde de frequentie?

De stoelgang is meestal:

Hard -- normaal - zacht/papperig - zoals schapenuitwerpselen (donkere balletjes) - kleverig?

Kleur van de stoelgang? Donkerbruin - lichtbruin - geelachtig - groenachtig - roodachtig - zwart?

Bevat de stoel toevoegsels? Slijm - bloed - onverteerde etensresten - etter?

Maagpijn?

Spastische darmen/colon?

winderigheid?

buikpijn?

--straalt uit naar de rug of naar de schouders?

--straalt bandvormig uit onder de navel

--in de rechter onderbuik

--onmiddellijk na de maaltijd?

--20 min. na de maaltijd?

--1 u. na de maaltijd?

--wanneer? 's ochtends ? tijdens de dag? 's nachts? nuchter? (vóór de maaltijd)

--tijdens het eten?

speen?

Anale fissuren/scheurtjes?

Fistels?

Gebrek aan eetlust?

Misselijkheid? _____ voor? Tijdens? Na het eten? Beter door te eten?

Braken?

Oesofagale reflux?

opgeblazen gevoel? _____indien ja, waar?

boeren?

--hoe proeft de boer? Naar niets, vaak zuur, vaak bitter, vaak rot, vaak bloederig?

--Hoe is de geur? (slecht, rot, zuur, ruikt naar vis, zoals rotte eieren , geurloos)

Geluiden in de buik/de maag?

Bloed bij/na de stoelgang?

Slijm in de stoelgang?

Had u of heeft u wormen of andere parasieten?

--heeft u huisdieren?

--Was u in het buitenland?

Blaas

Ontstekingen?

urineverlies?

--door te hoesten?

--bij het lachen?

--Wanneer u springt?

plasdrang ?

--per dag: _____keer

--'s nachts ? _____ keer

Nieren:

nierstenen?

Ontstekingen?

cysten?

Gynaecologie:

Vaginaal vochtverlies?

Menstruele cyclus: vaker dan alle 2 weken___alle 2 weken___alle 3 weken___alle 4 weken

alle 5 weken___alle 6 weken___minder dan alle 6 weken _____ onregelmatig ___geen regel
Hoe veel dagen is er sprake van sterk bloedverlies? _____hoeveel dagen is er sprake van matig
bloedverlies?
Tussentijdse bloedingen?
Terugkerende infecties?
Onvervulde kinderwens?
Datum van de laatste bloeding?
borstklachten?
De pijn van de borsten/borsten die zwellen vóór de regel?
Psychologische cyclusgebonden klachten?

Neemt u de pil? _____sinds wanneer?
Spiraal met hormonen? _____sinds wanneer?
Spiraal zonder hormonen ? _____sinds wanneer?

Prostaat

Ontstekingen?
Onvervulde kinderwens?
Fimosis/ voorhuidsvernaauwing of ontstekingen van de urethra?

Seksualiteit/libido:

Behoeft normaal?
Is er sprake van een verhogingen van de behoefte?
Een dalingen van de behoefte?
Heeft u klachten voor/ na/tijdens seksuele betrekkingen?

bewegingsapparaat:

Artrose: _____welk gewricht? _____
____1 gewricht____2 gewrichten____3 gewrichten____> 3 gewrichten
Koude handen?
Koude voeten?
warme handen?
warme voeten?
Beven?
spierzwakte?
Gevoel van verdoving?
Tintelend gevoel?
Krampen in de benen?
groeipijnen?
spataders?
Kriebelend gevoel?
Verdoofd gevoel?

Slaap:

Inslapen:
Snel __ < 15 min. ___< 30 min. ___< 45 min. ___ < 60 min. ___< min___ 90< 120 min
doorslapen: ___0 x wakker___1 x wakker___2 x wakker___3 x wakker___> 3 x wakker
snurken?
Ademstilstanden/ slaapapneu?
Kwijlt u tijdens uw slaap?
Favoriete slaappositie?
Tanden knarsen?
slaapwandelen?
Heeft de maan invloed op u slaap?
nachtelijk zweten?
Droomt u?
Ligt u met de voeten uit uw bed?

nachtmerries?
Hebben u elektronische toestellen in de slaapkamer?
--Welke?

Metabolisme:

jicht?
type 1 diabetes?
Type 2 diabetes?

Energie:

Heeft u het over het algemeen gemakkelijk koud?
Over het algemeen veel lichaamswarmte?
De gevoeligheid voor tocht?
Uitgesproken nood aan frisse lucht?
Zweten?:
--Snel? _____niet?_____
--waar? _____oksels? _____voeten? _____'s nachts in bed?
--zweetgeur? : naar wat ruikt het zweet?

De zon wordt:
-- goed verdraagbaar? _____slecht verdraagbaar?
Klachten in de lente?
Klachten in de zomer?
Klachten in de herfst?
klachten de winter?
Groot verlangen naar frisse lucht?
weergevoeligheid?

In de bergen voel ik mij: beter -- hetzelfde -- slechter
Aan zeer voel ik mij: beter -- hetzelfde -- slechter

Momenten van de dag waarop ik mij fit voel:
Momenten van de dag waarop ik mij moe/slap/zwak voel:
Energie: Hoeveel percent van uw normale „energiehoeveelheid“ heeft u momenteel ter beschikking?

- < 10%
- < 20%
- < 30%
- < 40%
- < 50%
- < 60%
- < 70%
- < 80%
- < 90%
- < 95%
- 100 %

Sport:
--Welke sport?
--Hoe vaak per week?
--Hoe lang?
Sauna: _____Hoe vaak per week?
Yoga: _____hoe vaak per week?
Meditatie: _____Hoe vaak per week?

Immuunsysteem:

Hoe vaak heeft u infecties?
Allergisch?
--voor?
--voor?

Wanneer had u de laatste keer koorts? _____ Hoe vaak per jaar?
Wanneer hadden u de laatste keer koorts?

Inenting

De laatste inenting tegen Tetanus:

De laatste inenting tegen Polio:

Laatste hepatitis A inenting:

Laatste hepatitis B inenting:

Laatste geelkoorts inenting:

Laatste kinkhoestinenting:

Laatste inenting FSME/tegen teken:

Andere inenting?

Had u waarneembare reacties op inenting?

De reactie op de inenting? (roodheid, zwelling, etter, moeheid, zwakheid, infecties, koorts,)

Laboratorium:

Cholesterol ? - verhogingen? _____ -normaal? _____

De leverwaarden? - verhogingen? _____ -normaal? _____

Tekort aan ijzer?

tekort aan magnesium?

tekort aan calcium?

tekort aan zink?

tekort aan selenium?

tekort van Vit D?

tekort van Vit B?

Ander afwijkingen of tekort?