

# Podklady o klientovi

Formulář pro dokumentaci vyšetření

Prosím o vyplnění údajů, pokud něco nevíte případně si nevíte rady, prosím nevyplňujte, vše spolu probereme na konzultaci.

**Příjmení, Jméno:**

**Datum narození, věk:**

**Adresa, e-mail:**

**Telefon:**

**Zaměstnání:**

**Doporučení od:**

**Důvod návštěvy:**

**Pohybová aktivita(jaký druh, kolikrát týdně):**

<b>Datum návštěvy</b>						
-----------------------	--	--	--	--	--	--

## OSOBNÍ ANAMNÉZA

<b>Hlavní diagnóza</b>	
<b>Choroby, onemocnění</b>	
<b>Užívané léky (antik.)</b>	
<b>Doplňky stravy (vit.)</b>	
<b>Alergie, intolerance</b>	
<b>Kouření, délka, počet</b>	

## RODINNÁ ANAMNÉZA

	Kdo	Věk		Kdo	Věk
Hypertenze			DM		
KVO, CMP...			Obezita		
Rakovina			Hypercholesterolémie		
Jiné (osteop..)					

Terapie.....

Děti.....

## ANTROPOMETRICKÁ VYŠETŘENÍ

Hmotnost (kg)					
Výška (cm)					
BMI					
WHR nebo obvod pasu					
Množství tukové hmoty					
Tělesná voda					
Svalovina					

BM (kJ/kg)						
------------	--	--	--	--	--	--

### KREVŇÍ TLAK

TK systolický						
TK diastolický						

### VÝVOJ TĚLESNÉ HMOTNOSTI

Nejnižší hmotnost v dospělosti: \_\_\_\_\_ kg - ve věku: \_\_\_\_\_

Nejvyšší hmotnost v dospělosti (kromě v těhotenství): \_\_\_\_\_ kg - ve věku: \_\_\_\_\_ let

Kdy začala Vaše hmotnost stoupat? V letech \_\_\_\_\_

Co mělo pravděpodobně největší vliv na vzestupu Vaší hmotnosti?

- nenápadné přejídání\_ • Malá pohybová aktivita • Konec aktivního sportování
- Vstup do manželství • Těhotenství • Přechod
- Nemoc, úraz..... • Léky..... • Rodinné nebo pracovní problémy\_\_
- Změna denního režimu (změna práce apod.) • Postupné zvyšování hmotnosti postupem let
- Jiné

### DIETA NEBO POTRAVNÍ DOPLŇKY

Typ:	Délka:	Věk:
------	--------	------

### STRAVOVACÍ ZVYKLOSTI

Jíte pravidelně, jak často?  
**Kolikrát denně jíte?**

**Snídáte pravidelně?** • ano • ne

**Mlsáte?** • ano\_ • ne • často automaticky „uzobávám“

**Co?** -sladkosti\_ -slané pečivo

**Máte pocit hladu?** • nikdy\_ • občas • často • stále • hlad ne, ale „chutě“

**Která denní porce jídla je největší?** • ranní • polední\_\_ • odpolední • večerní

**Kolik hodin jíte naposledy před spaním?** hodiny \_\_\_\_\_

**Sladíte cukrem?** • ano • ne\_\_

**Sladíte umělým sladidlem?** • ano • ne\_\_

**Jaké jídlo tvoří největší část Vašeho jídelníčku?**

- Nedávám přednost žádnému jídlu\_ • Maso • Uzeniny • Tučná jídla
- Ryby a mořské produkty • Pekařenské výrobky • Mléko a mléčné výrobky
- Zelenina • Ovoce • Luštěniny
- Sladkosti • Slané

Jiné: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Kolik porcí zeleniny průměrně denně sníte?** porce \_\_\_\_\_

**Kolik porcí ovoce průměrně denně sníte?** denně \_\_\_\_\_

**Máte rád/a luštěniny?** • ano • ne • moc ne, sním občas nějakou

Jakou upřednostňujete?
<b>Máte rád/a ryby a mořské produkty?</b> • ano_ • ne • moc ne, sním občas nějaké Jaké upřednostňujete?

### PITNÝ REŽIM

<b>Kolik tekutin denně průměrně vypijete?</b> 1 litr
<b>Pijete pravidelně celý den, či nárazově až pocítujete žízeň?</b>
<b>Čemu dáváte přednost?</b> ( <i>obyčejná voda, minerálky, ochucené minerálky, džusy, colové nápoje, nápoje typu Fanta, limonády, sirupy, tonic, čaj</i> ) Jiné:
<b>Pijete kávu, černý čaj?</b> • ano_ • ne <b>Jestli ano, kolik průměrně za den:</b> 1-2 den
<b>Pijete alkohol?</b> • ano • ne • příležitostně__
<b>Jestli ano, čemu dáváte přednost?</b> • pivo • víno • lihoviny

**POZNÁMKY**-Souhlasím s poskytnutím osobním údajů pro zpracování nutriční anamnézy, potvrzuji svým podpisem, že jsem uvedené údaje poskytla pravdivě.