

## 健康状態チェックシート記入例

ご住所 〒650-0022 兵庫県神戸市中央区元町通3丁目1-1 メディカルビル翔貴1F	
お名前 翔貴 太郎	フリガナ ショウキ タロウ
お電話番号 078-332-6965	e-mail ○○○@○○○.ne.jp
生年月日 XXXX年X月X日 (XX) 歳	性別 (男)・女

お悩みの症状とこれまでの治療内容を詳しくご記入ください

お悩みの症状とこれまでの治療内容をできるだけ詳しくご記入ください。

基礎データと自覚症状 ※該当するものすべてに○をつけてください。

体格	(筋骨質) 肥満体 脂肪太り 水太り 中肉 ヤセ型 身長 (170) cm 体重 (60) kg
体質	丈夫 (普通) 虚弱 アレルギー体質 疲労性 冷え性 (汗かき) のぼせ症 寒がり 暑がり
性質	意志が強い 短気・怒りやすい 楽天的・気長 弱い・涙もろい 神経質・精神不安 (イライラ・驚きやすい・ゆううつ感・不安感)
全身	不眠 (入眠困難・眠りが浅い・早く目が覚める) 平熱 (36.5) °C 疲労 寝汗 倦怠感 だるい 下垂 むくみ (上・下)
嗜好品	食味 (酸・苦・甘・辛・鹹) 冷たいもの 温かいもの 好き嫌いなし (油物) 魚 肉 野菜 果物 酒 お茶
顔色	赤黒い 赤い 頬赤 (青黒い) 黄黒い 白い 普通 艶がある 艶がない 荒れる しみ そばかす
皮膚	炎症 (ざらざら) 分泌分 (多・少) 爪 (艶がある・ない・割れる) かゆい 落屑 じんましん 化膿
血圧	高い 普通 低い (安定しない)
大便	1日1回 便秘 出にくい 血便 (硬便) 普通便 軟便 下痢 粘液便 兎糞 下痢便秘交互
小便	日中5回・就寝後1回 多い (普通) 少ない 近い 出にくい 遠い 排尿通 残尿感 色 (薄・濃)
頭	痛い (前・後・側・頂) (重い) のぼせる めまい (回転製・ふわふわ感・立ちくらみ) 頭汗 ぶけ 頭冒感 毛髪 ( )
目	赤い 痛む (目やに) 目がかすむ 黄色い 青い 視力減退 涙が出やすい 瞼が重い 目が疲れる 辺縁が黒い
耳・鼻	耳鳴り (低い音・高い音) 耳だれ 難聴 鼻血 臭いが分からない 鼻汁がのどに落ちる (鼻づまり) 鼻汁 (多・少・濃・薄)
口・舌・喉	唇 (赤・黒・あれる・薄) 舌 (乾・湿・黄苔・白苔・黒苔・紅黒い) 口苦い (口渇く) 口臭 声かれる 喉がつかえる
咳・痰	咳 (軽い・ひどい・空咳・ゼーゼー・ヒューヒュー) 日中 夜間 痰 (多・少・粘・薄・血痰・切れにくい)
首・肩・背	首筋がこる (後・横) 肩こり (左・右) 肩痛 (左・右) 背中こる (左・右) 後部痛 背中冷える
胸・脇	胸や脇の圧迫感 胸苦しい 胸痛 乳房 (張る・痛む) 動悸 (息切れ)
胃	食欲 (旺盛) (不振) つかえる 胸やけ 張る 痛む (空腹時・食後) チャブチャブ 嘔吐 げっぷ 重苦しい
腹	すじばる 腹痛 (全・下・横) 腹鳴り 張る (硬・軟) (冷える) 腹水 動悸
手・足・腰	ほてる (だるい) つれる 冷える (手・足・腰) 関節痛 はれる しびれる ふるえる 脚弱
婦人系	月経不順 (早・遅・不定) 月経量 (多・少) 月経困難 子宮出血 生理痛 人工流産後遺症 陰部がかゆい こしけ (薄・白・黄) 流産癖 不妊

## 健康状態チェックシート

ご住所 〒	
お名前	フリガナ
お電話番号	e-mail
生年月日 年 月 日 ( ) 歳	性別 男・女
お悩みの症状とこれまでの治療内容を詳しくご記入ください	
基礎データと自覚症状 ※該当するものすべてに○をつけてください。	
体 格	筋骨質 肥満体 脂肪太り 水太り 中肉 ヤセ型 身長 ( ) cm 体重 ( ) kg
体 質	丈夫 普通 虚弱 アレルギー体質 疲労性 冷え性 汗かき のぼせ症 寒がり 暑がり
性 質	意志が強い 短気・怒りやすい 楽天的・気長 弱い・涙もろい 神経質・精神不安 (イライラ・驚きやすい・ゆううつ感・不安感)
全 身	不眠 (入眠困難・眠りが浅い・早く目が覚める) 平熱 ( ) °C 疲労 寝汗 倦怠感 だるい 下垂 むくみ (上・下)
嗜好品	食味 (酸・苦・甘・辛・鹹) 冷たいもの 温かいもの 好き嫌いなし 油物 魚 肉 野菜 果物 酒 お茶
顔 色	赤黒い 赤い 頬赤 青黒い 黄黒い 白い 普通 艶がある 艶がない 荒れる しみ そばかす
皮 膚	炎症 ざらざら 分泌分 (多・少) 爪 (艶がある・ない・割れる) かゆい 落屑 じんましん 化膿
血 圧	高い 普通 低い 安定しない
大 便	日 回 便秘 出にくい 血便 硬便 普通便 軟便 下痢 粘液便 兔糞 下痢便秘交互
小 便	日中 回・就寝後 回 多い 普通 少ない 近い 出にくい 遠い 排尿通 残尿感 色 (薄・濃)
頭	痛い (前・後・側・頂) 重い のぼせる めまい (回転製・ふわふわ感・立ちくらみ) 頭汗 ぶけ 頭冒感 毛髪 ( )
目	赤い 痛む 目やに 目がかすむ 黄色い 青い 視力減退 涙が出やすい 瞼が重い 目が疲れる 辺縁が黒い
耳・鼻	耳鳴り (低い音・高い音) 耳だれ 難聴 鼻血 臭いが分からない 鼻汁がのどに落ちる 鼻づまり 鼻汁 (多・少・濃・薄)
口・舌・喉	唇 (赤・黒・あれる・薄) 舌 (乾・湿・黄苔・白苔・黒苔・紅黒い) 口苦い 口渇く 口臭 声かれる 喉がつかえる
咳・痰	咳 (軽い・ひどい・空咳・ゼーゼー・ヒューヒュー) 日中 夜間 痰 (多・少・粘・薄・血痰・切れにくい)
首・肩・背	首筋がこる (後・横) 肩こり (左・右) 肩痛 (左・右) 背中こる (左・右) 後部痛 背中冷える
胸・脇	胸や脇の圧迫感 胸苦しい 胸痛 乳房 (張る・痛む) 動悸 息切れ
胃	食欲 (旺盛・不振) つかえる 胸やけ 張る 痛む (空腹時・食後) チャブチャブ 嘔吐 げっぷ 重苦しい
腹	すじばる 腹痛 (全・下・横) 腹鳴り 張る (硬・軟) 冷える 腹水 動悸
手・足・腰	ほてる だるい つれる 冷える (手・足・腰) 関節痛 はれる しびれる ふるえる 脚弱
婦人系	月経不順 (早・遅・不定) 月経量 (多・少) 月経困難 子宮出血 生理痛 人工流産後遺症 陰部がかゆい こしけ (薄・白・黄) 流産癖 不妊