ΦΟΡΜΑ ΙΣΤΟΡΙΚΟΥ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΑΣΘΕΝΟΥΣ

Ονομα: 

Επίθετο: 

Ηλικία: 

Ύψος: 

Βάρος: 

Ε-mail: 

Τηλ.Επ: 

**ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΒΑΡΟΥΣ**

Τρέχων Βάρος:  Επιθυμητό Βάρος: 

Υψηλότερο Βάρος  Πότε: 

Είχατε οποιαδήποτε πρόσφατη αλλαγή στο βάρος σας: ΝΑΙ ΟΧΙ 

Εάν ναι, παρακαλώ εξηγήστε:



**ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΚΟ ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΒΑΡΟΥΣ**

Είναι κάποιο μέλος της οικογένεια σας υπέρβαρο? ΝΑΙ ΟΧΙ 

Παρακαλώ εξηγήστε:



Είναι κάποιο μέλος της οικογένεια σας λιποβαρή? ΝΑΙ  ΟΧΙ 

Παρακαλώ εξηγήστε:



Έχει κάποιο μέλος της οικογένεια σας διατροφικές διαταραχές? ΝΑΙ  ΟΧΙ 

Παρακαλώ εξηγήστε:



**ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΟ ΙΣΤΟΡΙΚΟ**

Έχετε ακολουθήσει ειδική δίαιτα για λόγους υγείας? ΝΑΙ ΟΧΙ 

Παρακαλλείσθε να αναφέρετε τυχόν τροφικές αλλεργίες, ευαισθησίες ή δυσανεξίες.

ΝΑΙ  ΟΧΙ 

Παρακαλώ εξηγήστε:



Έχετε παρατηρήσει συμπτώματα στο πεπτικό σύστημα με την κατανάλωση ορισμένων τροφίμων?

ΝΑΙ ΟΧΙ 

Παρακαλώ εξηγήστε:



Πόσο συχνή είναι η κινητικότητα των εντέρων?



Πόσα γεύματα συνηθίζεται να κάνετε την ημέρα και σε τι ποσότητες?



Συνήθως τρώτε μαγειρευτό φαγητό ή γρήγορο από έξω?



Πόσες ημέρες την εβδομάδα τρώτε:

Πρωινό:  Δεκατιανό:  Μεσημεριανό:  Απαγευματινό: 

Βραδινό: 

Τρώτε στο χώρο εργασίας σας και εάν ναι αναφέρεται τις ώρες και τα γεύματα:



ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Περιγράφτε μας την φυσική σας δραστηριότητα:

Χαμηλή: Μέτρια: Υψηλή: 

Πόσες ημέρες την εβδομάδα και πόση ώρα:

Ημέρες:  Ώρες: 

Περιγραφτε το είδος εργασίας σας:



**ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ**

Εάν ακολουθείτε κάποιο είδος φαρμακευτικής αγωγής, συμπληρωμάτων διατροφής παρακαλώ να τα αναφέρετε παρακάτω:



Επιλέγξτε εάν έχετε ή είχατε κάποιο από τα παρακάτω:

Αναιμία: Χαμηλό Σίδηρο:Σάκχαρο: Χοληστερίνη:

Κύκλο Περιόδου: Εμμυνόπαυση: Εγκυμοσύνη:Θηλασμό:

Πολυκυστικές Ωωθήκες: 

Διαβήτη: Υπογλυκαιμία: Απνοια: Χρόνια Κόπωση: Υπέρταση: 

Σύνδρομο Ευερέθιστου Εντέρου: Καρδιακές Παθήσεις: Καρκίνο: 

Νόσο του Θυρεοειδούς: 

Εάν θέλετε να μας αναφέρετε κάτι άλλο παρακαλώ σημειώσετε εδώ:



Σύμφωνα με τα όσα μας αναφέρατε παραπάνω και με βάση των αναγκών σας ο Ιατρός – Διαιτολόγος Dr. Ιάκωβος Θεοδοσίου θα ετοιμάσει το προσωπικό σας Διαιτολογικό Πρόγραμμα Απώλειας Βάρους και Λίπους. Το διαιτολόγιο είναι καθαρά προσωπικό και δεν μπορεί να εφαρμοστεί από κάποιον άλλον.