

*Ter voorbereiding van het eerste bezoek aan mijn praktijk verzoek ik u om onderstaande door te lezen en de vragen te beantwoorden:*

Wat eet u gedurende de dag?

Ontbijt:

Tussendoor:

Lunch:

Tussendoor:

Diner:

Tussendoor:

Tevens verzoek ik u om in het kort (bij voorkeur in telegramstijl, op één vel A-4) iets op papier te zetten over (mag handgeschreven):

- ❖ de reden van uw komst (klachten, vragen, doel)
- ❖ huidige gezondheidstoestand (alsmede uw gebit, aantal vullingen)
- ❖ uw ontlastingspatroon
- ❖ uw (medische) voorgeschiedenis (ziekten, ontstekingen, ongevallen, operaties: zijn evt. littekens goed genezen?)
- ❖ uw huidige medicijngebruik en ook voedingssupplementen (neemt u die mee?)
- ❖ de gezinssamenstelling (ouders, broers, zussen, kinderen)
- ❖ voorgeschiedenis familieziekten (oma's, opa's, vader, moeder, broers, zussen)
- ❖ uw evt. zwangerschappen (toename gewicht, bevalling, gewicht kinderen, borstvoeding, uw visconsumptie)
- ❖ uw positieve kant (talenten, hobby's en andere bronnen van plezier en ontspanning)

*Neem uw A4-tje mee naar het consult.*