

身長()cm 体重()kg / 最近の血圧 上() 下() 位

顔 色	ツヤ(有・無) 赤 白 青白 赤黒 浅黒
寒・熱	平熱()度/ 冷え症 のぼせ症 / 熱感・寒気(頭部 手 胃 腹 腰 背中 足)
体質・全身	疲れやすい 風邪(回位 / 年)(アレルギー歴;) 貧血 めまい 頭痛 肩こり 腰痛 胸苦しい 動悸 息切れ 不整脈
汗	かかない 汗かき(顔 わき 手のひら 足裏 / 他;) 寝汗
睡 眠	熟睡(可・不可)(寝付き・寝起き)悪い(夜中・朝方)目覚める 夢が多い (昼間・食後)眠い 就寝()時~起床()時 平均睡眠()時間 位
目	疲れる 乾く 涙 目やに まぶしい 視力減退 飛蚊症 緑内障 白内障
耳	耳鳴り(低音・高音) 難聴 閉塞感 耳ダレ
鼻	鼻づまり 鼻水(透明・白・黄色 / サラサラ・ネバネバ) 鼻出血 においを感じない
口	渴く 苦い 口内炎 口臭
咳・痰	咳(軽・ひどい)(昼間・夜間) 空咳 痰(多・少)(うすい・粘る)(切れる・切れにくい)(透明・白・黄色)
情緒傾向	イライラ 不安 悲しい くよくよ 無気力 ゆうつ (いつ・どんな時に)
食 事	1日()食(朝・昼・夕) バランス良い・偏食(野菜 肉 魚 揚げ物) 味の好み(酸 苦 甘 辛 塩辛い) 間食(有;) (無)
嗜 好 品	酒(種類 週 回位・量; ml× 本) タバコ(本/日) コーヒー(杯/日) 水分(約 L/日) 主に(温・冷)好む 菓子()・ 香辛料・ 乳製品()
胃 腸	丈夫 食欲(有・無) 胃痛、腹痛(食前・食後 / 他;) ゲップ 胃もたれ 膨満感 胸やけ 胃酸 むかつき 吐き気
便 通	(スッキリ・不快) (日 回) 硬い 細い コロコロ 軟便 水様便 血便 痔 しぶる ガス お腹が張る
尿	(スッキリ・不快) (朝~夜まで 回位・就寝後 回) 色(薄・濃) 量(多・少) 排尿時(痛・熱感)
皮 膚	にきび 湿疹 アトピー じんましん 乾癬 水虫 しみ 脱毛 場所(→表面 全身図に記入下さい) 赤み 痒み 痛み ジクジク カサカサ
浮 腫	(顔 まぶた 手 足 / 他;) 特に(朝・夕 一日中)
痛み等	(痛み しびれ コリ 強張り 筋肉がつる ケレン) 場所(→表面 全身図に記入下さい)

【 備 考 】 【 その他、日頃 気になる症状 がございましたら ご記入下さい 】