

KLACHTEN REGISTRATIE FORMULIER

Praktijk Anke Gooskens

INVUL INSTRUCTIES

1. **Open dit formulier in Adobe Acrobat Reader.**

Dit formulier is een **digitaal invulbare pdf**. Dat betekent dat u dit formulier **niet hoeft te printen**. U kunt het formulier direct invullen in Acrobat Reader, daarna bewaren en vervolgens verzenden per email. Volg hiervoor de **bewaar- en verzendinstructies onderaan het formulier**. Mocht het digitaal invullen niet lukken, dan mag u het formulier alsnog printen, handmatig invullen en per post versturen. Het adres staat onderaan dit formulier.

2. **Achter elke vraag noteert u in een schaal van 0 tot en met 3 punten hoe belastend u de klachten ervaart. Gebruik daarbij de volgende puntenschaal:**

0 = nooit of bijna nooit 1 = af en toe 2 = regelmatig 3 = dikwijls tot continu

3. **Voor sommige vragen zijn er meerdere keuzemogelijkheden. Markeer wat op u van toepassing is.**

In Acrobat Reader kunt u op de volgende manier markeren:

- Selecteer de betreffende woorden met uw muis
- Klik op uw selectie met de rechtermuisknop. Er verschijnt een keuzemenu.
- Kies uit het keuzemenu [Tekst markeren]. De betreffende tekst wordt geel gemarkeerd.
- Gebruikt u a.u.b. alleen deze optie: [Tekst markeren].

Markering ongedaan maken:

- Als u uw markering ongedaan wilt maken, klikt u met de rechtermuisknop in de gemarkeerde tekst, en kies u vervolgens 'Verwijder'.

4. **Als u meer kwijt wilt over bepaalde klachten, noteert u dit dan in het veld onderaan dit formulier.**

5. **Bent u klaar met invullen, volg dan de bewaar- en verzendinstructies onderaan het formulier.**

UW GEGEVENS

Naam:

Man Vrouw

Geboortedatum:

Adres:

.....

.....

Telefoon:

Email adres:

Burger Service Nummer:

Invuldatum:

Puntenschaal: 0 = nooit of bijna nooit 1 = af en toe 2 = regelmatig 3 = dikwijls tot continu

<p>HOOFD Vol gevoel in hoofd, voor- en bijholten 's Morgens bij opstaan volle neus / niesaanvallen Waterige neus en/of ogen Opgezwollen ogen Hooikoorts Wallen onder ogen/ donkere kringen onder ogen Droge ogen / dikke oogleden Dichtgeplakte ogen / vuil in de ooghoeken Oogontsteking Staar / Glaucoom/ vlekken voor de ogen Geel oogwit / blauw oogwit / rood oogwit (adertjes) Branderige ogen Troebel zicht / nachtblindheid Tranende, jeukende ogen / jeuk aan neus Verstopte neus / droge neus Regelmatige bloedneuzen Jeukende oren/ loopoor Oorpijn / oorinfecties Oorsuizingen hoge piep / oorsuizingen lage piep Geluiden in het hoofd Hoofdpijn: bonzend / stekend / zwaar / vol / kloppend stuwend / aangesnoerd gevoel Hoofdpijn na stress/ hoofdpijn vooral 's middags Hoofdpijn bij het ontwaken, vermindert in de loop van de dag Hoofdpijn voor / tijdens / na de menstruatie Hoofdpijn boven de ogen / tussen de wenkbrauwen / hoofdpijn bij de slapen/ boven op het hoofd / zijkant van het hoofd / achterhoofd Migraine Haaruitval / dor en droog haar / roos / vet haar</p>		<p>ONTLASTING Geur ontlasting: zurig / rotte eierenlucht / vetig Kleur ontlasting: zwart / okergeel / groen / lichtbruin (stopverf) / bruin / grijs Plakkerige ontlasting Vorm ontlasting: waterdun / gistend / brijachtig / hard / keutelachtig Ontlasting met: slijmpropfen / helder bloed / bloed</p>	
<p>SPIJSVERTERING Nare smaak in de mond: metaal / bitter / zuur / Anders namelijk: Droge mond, dorstig Slechte adem Verlies van smaak / verlies van reuk Verminderde eetlust Gezwellen tong/ brandend gevoel op de tong Beslagen tong, kleur is: Gezwellen tandvles / lip Amandelontstekingen/ vatbaarheid voor infecties Zweren in mond (aften) Vastzittend slijm / slijmpropfen in de keel Keelontstekingen / angina / opgezette lymfklieren Moeite met slikken / brok in de keel Krachteloze stem / stemverlies/ heesheid Kuchen / brok in de keel Opboeren, oprispen / opgeblazen gevoel Misselijkheid / braken Bekend met galaanvallen of galstenen Zuurbranden of nerveuze maag, verbetert na eten Zwaar vol gevoel (steen) in de maag / maagpijn Pijnlijke buik ½ á 1 uur na het eten (duurt 3-4 uur) Winderigheid en/of opgeblazen gevoel(uren na eten) Slechte vertering van fruit of groenten Onverteerde resten in ontlasting Verstopping / diarree Brandende of jeukende anus Frequent water dunne ontlasting Maagzweer / darmzweren / ontstekingen</p>		<p>URINE Geur urine: zoet / zuur / aspergelucht Kleur urine (groen, rood, geel, kleurloos) Bloed in urine / vlokken in urine</p> <p>TRANSPIRATIE Geur transpiratie; zoet/ zuur/ zout / scherp Transpiratie aanvallen / overvloedig transpireren Transpiratie van alleen het hoofd / handen / voeten Transpiratie over het hele lichaam Blozen Zweten: overmatig/ sterk ruikend / 's nachts / overdag Transpiratie na de maaltijd Zweetvoeten / brandende voeten</p>	
		<p>VOEDING Sterke behoefte aan tussendoortjes (zoet / hartig) Sterke behoefte aan koffie tussen de maaltijden Veel zoetigheid maakt de maag van streek Geïrriteerd voor de maaltijden Klachten die verbeteren door iets te eten (trillerig / licht in het hoofd / vermoeid / hartkloppingen) Last van koffie / alcohol/ vette maaltijden Glutengevoelig (aangetoond door onderzoek)) Sterke zoetbehoefte / zoutbehoefte/ chocolabehoefte Drang naar vet voedsel/ drang naar drop Gebrek aan eetlust voor eiwitrijk eten (vlees, vis, kip) Lust geen groenten Vaak dorstgevoel Slaperig of duf na het eten / beverig gevoel na het eten Hongergevoel en energiedips tussen de maaltijden Zweverig, beroerd gevoel na het eten Negatief gedrag na het eten Behoefte aan warme dranken / koude dranken / soep Alcohol / koffie / chocolademelk Drang naar zout (hartig) / pittig / zoet / bitter / zuur eten</p> <p>ALLERGIE/ GEVOELIGHEDEN Gevoelig voor insectenbeten, m.n. muggen Overgevoelig voor licht Overgevoelig voor geluid Allergisch voor chemische stoffen: Allergisch voor parfum / formaldehyde Zonneallergie Galbulten Gevoeligheid voor additieven (E-nummers) Intolerantie voor Chinese maaltijden (MSG = Mono Sodium Glutamaat) / smaakversterker Nikkelgevoelig Metaalgevoeligheid Allergisch voor voedingsmiddelen: Allergisch voor medicijnen: Heftige reacties op vaccinatie: Hyperactiviteit / onrustigheid</p>	

<p>HUID Huid: acné / vettig / droog / schilferig/ jeukerig Slechte wondgenezing Eczeem: droog / nat / vurig Naaldenprikgevoel of gevoelloosheid v.d. huid Vreemde huiduitslag/ vaak huiduitslag Snel blauwe plekken/ spontaan optredende blauwe plekken Bruine vlekken of verkleuringen op de huid</p>		<p>LONGEN Bewust van zware en/of onregelmatige ademhaling Onwel op grotere hoogtes / kortademig bij warmte / kou Neiging tot flauwvallen Vaak zuchten / gapen / benauwd Hyperventilatie / kortademig na inspanning Regelmatig bronchitis / astma / emfyseem</p>	
<p>NAGELS Witte vlekjes in de nagels Ribbels in de nagels/ snel scheurende nagels Kalknagel(s) Nagelriemontstekingen Dunne nagels (continue of periodiek) Nagels: zwak / breekbaar / geribbeld / bleek</p>		<p>HART EN VATEN Gezwellen enkels ('s nachts erger) Pijn in de borst en/of pijn uitstralend naar de linkerarm, erger bij inspanning Onregelmatige hartslag/ hartruis Snelle pols na de maaltijd en/of bonzend hart na rust Last van een bonkend hart bij liggen Snelle pols tijdens rust Spataderen / restless legs Hoge bloeddruk/ lage bloeddruk Aambeien Koude handen en voeten Vaatklachten: onrustige benen / pijn in de kuiten of kloppende vaten / stuwingen Bloedarmoede / bleekheid</p>	
<p>GEBIT Slecht gebit / kronen/ bruggen/ jackets / aantal: Vulling: wit / goud / porselein / amalgaam / aantal: Fluor behandelingen gehad Kunstgebit/ gebitsplaatje Kaakoperatie</p>		<p>SPIEREN, PEZEN EN GEWRICHTEN Slappe / zwakke spieren / spierpijn Moeite om nauwkeurige bewegingen te maken Gewrichtsontstekingen Spier/been/teenkramp bij rust en/of slaap Ochtendstijfheid / zwaar gevoel in armen / benen Gevoelloosheid in handen en voeten Opgezette vingers (oedeem) Gewrichten: krakend / pijnlijk / rood / gezwollen / opgezet / vochtig / overbeweeglijk Zwakke bindweefsels / striae (bindweefselbreuken)</p>	
<p>HORMONEN Toegenomen zin in seks/ afgenomen zin in seks Abnormale dorst Gewichtstoename rond heupen / taille Veel suiker kunnen eten zonder bijverschijnselen Moeilijk aankomen, zelfs bij grote eetlust Intolerantie voor hoge temperaturen Moeilijk afvallen / moeilijk aankomen Verminderd initiatief en/of mentale traagheid Snel vermoeid, slaperig overdag Gevoelig voor kou, slechte circulatie Opvliegers / flushes Haargroei in gezicht of op lichaam (vrouw) Mannelijk voorkomen (vraag voor de vrouw) Chronische vermoeidheid, sufheid 's Middags geeuwen Zwakke na verkoudheid, langzaam herstel Langzaam op gang komen 's ochtends Slechte regulatie lichaamstemperatuur</p>		<p>SPECIFIEK VOOR DE VROUW Menstruatie: geen / regelmatig / onregelmatig Menstruatie: pijnlijk / langdurig / licht / snel overslaan Eerste menstruatie was op de leeftijd van: Extreme bloedingen / licht of donkere bloedstolsels Last van premenstruele spanningen Depressieve gevoelens voor de menstruatie Pijnlijke, gevoelige borsten/ cysten Acné, erger tijdens menstruatie Vaginale afscheiding, doorzichtig / wit / geel / bruin Vaginale infecties / genitale jeuk Verwijderde baarmoeder, eierstokken Vaker kleine hoeveelheden plassen Opvliegers tijdens overgang Een of meerdere miskramen gehad Bloedsuikerproblemen gehad tijdens zwangerschap Moeite met zwanger worden / IVF behandeling gehad Borstvergroting / borstverkleining Klachten van de conceptiepil / spiraaltje</p>	
<p>SLAAPGEDRAG Slapeloosheid / vaste tijdstippen wakker nl: Slaap slecht in, lig enige tijd wakker Slaap goed in maar word na enkele uren slaap wakker. Slaap vervolgens slecht in. Wordt 's morgens vroeg wakker Wordt 's morgens uitgeput wakker</p>		<p>SPECIFIEK VOOR DE MAN Prostaatkilachten Vaker kleine hoeveelheden plassen Pijn aan de binnenkant van de benen of hielen Erectie probleem / te vroege zaadlozingen</p>	
<p>MENTAAL/EMOTIONEEL Verveeld / ontevreden / gefrustreerd Niet onder druk kunnen werken Zwaarmoedig / somber / depressief Bedroefd / emotioneel / zorgelijk Snel in verwarring / onzeker / nerveus Onduidelijk praten/ woorden omdraaien Fobieën / angsten / paniekaanvallen Prikkelbaar / opvliegend / snel boos Coördinatiestoornissen Leermoeilijkheden Wisselende en/of negatieve stemmingen / labiel Verminderd initiatief en/of mentale traagheid Slecht geheugen: korte termijn / lange termijn Malende gedachten / negatieve gedachten Dwanghandelingen Nachtmerries / dromen niet kunnen herinneren Burn-out / overspannenheid Concentratie problemen / zwakke focuskracht</p>		<p>PIJN Scherp / stekend / zeurend / verspringend / uitstralend Wervelkolom(vershoven wervels) / nekkilachten Pijn tussen de schouderbladen / frozen shoulder Rugpijn: laag / midden / hoog</p> <p>WEERSTAND Gebruikt u XTC? Alcohol ? Koffie? Chocola? Drop? Rookt u? Blout u? Gebruikt u pepmiddelen?</p>	

