



Algehele Conditie-test

Puntenschaal

- 0 = nooit of bijna nooit
1 = af en toe, maar niet hevig
2 = af en toe, maar hevig
3 = dikwijls, maar niet hevig
4 = dikwijls, maar hevig

Voor-/achternaam
Straatnaam
Postcode / plaats
Telefoonnummer
Datum

Spijvertering

- Misselijkheid (Gal-) Braken Diarree Verstopping Opgeblazen gevoel Oprispingen Opboeren Winderigheid Brandend maagzuur Buikpijn Bloed bij de ontlasting Slijm bij de ontlasting Breiige ontlasting Slecht ruikende ontlasting (zurig/rotte eieren/vettig) Slechte adem of smaak in de mond Pijnlijke tong Beslagen tong (kleur: ) Zweren in de mond (aftē) Maag-darmonstekingē / -zweren Anale jeuk

Totaal

K.N.O.-gebied

- Jeukende oren Oorpijn, oorinfecties Looporen Oorsuizingen, gehoorverlies Verstopte neus Sinusproblemen (bijholtes) Hooikoorts Niesbuien Overgevoelige slijmvliezen Chronische hoest Vastzittend slijm in de keel Moeite met slikken Kuchen Keelpijn Heesheid / stemloosheid Gezwollen / beslagen tong Gezwollen tandvles / lip Mondslijmvlies- / keelontstekingē Metaalsmaak Amandelontstekingē

Totaal

Huid

- Acne

Totaal

- Schilfers Droge huid Haaruitval Blozen Overvloedig transpireren Geur transpiratie: zoet/zuur/scherp/zout Eczeem: droog/nat Jeukende huid Spontaan optredende blauwe plekken Vreemde huiduitslag Naaldenprikgevoel of gevoelloosheid

Totaal

Ogen

- Tranende / jeukende ogen Gezwollen / rode of toegeplakte oogleden Wallen of donkere kringen onder de ogen Oogontstekingē Brandrige ogen

Totaal

Hoofd

- Hoofdpijn Zo ja: bonzend/stekend/zwaar/vol Migraine Neiging tot flauwvallen Hoofdpijn na stress Hoofdpijn voor/tijdens menstruatie

Totaal

Longen

- Astma Kortademigheid Oppervlakkige ademhaling Hyperventilatie Moeilijke ademhaling

Totaal

Hart en vaten

- Onregelmatige / overslaande hartslag Snelle / bonzende hartslag Pijn in de borststreek Bloeddruk hoog / laag Spataderen Aambeien Koude handen en voeten

Totaal

Gewrichten / Spieren

- Gewrichtspijnen Gewricht:krakend/pijnlijk/rood/gezwollen/opgezet/vochtig

## Vervolg Algehele conditietest



Stijfheid of beperktheid in beweging	<input type="checkbox"/>	Verwarring, laag bevattingvermogen	<input type="checkbox"/>
Sierpijn	<input type="checkbox"/>	Moeilijk beslissingen kunnen nemen	<input type="checkbox"/>
Rugpijn: laag/middel/hoog	<input type="checkbox"/>	Stotteren / stamelen / onduidelijk praten	<input type="checkbox"/>
Nekklachten	<input type="checkbox"/>	Leermoeilijkheden	<input type="checkbox"/>
Zwakke spieren	<input type="checkbox"/>	Depressiviteit	<input type="checkbox"/>
Moeilijkheden bij het staan	<input type="checkbox"/>	Somber / zwaarmoedig	<input type="checkbox"/>
Opgezette vingers (oedeem)	<input type="checkbox"/>	Ontmoedigd zijn	<input type="checkbox"/>
Spierkrampen	<input type="checkbox"/>	Bedroefdheid	<input type="checkbox"/>
<b>Totaal</b>	<input type="checkbox"/>	Zwakke lichamelijke coördinatie	<input type="checkbox"/>
<b>♦ Vitaliteit</b>		Trillen of beven	<input type="checkbox"/>
Vermoeidheid, chronisch	<input type="checkbox"/>	Angsten	<input type="checkbox"/>
Vermoeidheid, bij vlagen	<input type="checkbox"/>	Fobiën	<input type="checkbox"/>
Extreme uitputting na inspanning	<input type="checkbox"/>	Paniek aanvallen	<input type="checkbox"/>
Restless legs (onrustige benen)	<input type="checkbox"/>	Het niet kunnen vinden van woorden	<input type="checkbox"/>
Apathie	<input type="checkbox"/>	Abcences	<input type="checkbox"/>
Hyperactiviteit	<input type="checkbox"/>	Labiliteit	<input type="checkbox"/>
Spasmen	<input type="checkbox"/>	Agressief	<input type="checkbox"/>
Rusteloosheid	<input type="checkbox"/>	Opvliegenheid	<input type="checkbox"/>
Malaise / lamlendigheid	<input type="checkbox"/>	Kort aangeboden	<input type="checkbox"/>
Veelvuldige bloedarmoede	<input type="checkbox"/>	Prikkelbaar	<input type="checkbox"/>
Slaapstoornissen: moeite met inslapen	<input type="checkbox"/>	Ontevreden	<input type="checkbox"/>
Slaapstoornissen: moeite met doorslapen	<input type="checkbox"/>	Nerveus / gespannen	<input type="checkbox"/>
Slaapstoornissen: vroeg wakker worden	<input type="checkbox"/>	Arousal (staat van alertheid)	<input type="checkbox"/>
Nachtmerries	<input type="checkbox"/>	<b>Totaal</b>	<input type="checkbox"/>
<b>Totaal</b>	<input type="checkbox"/>	<b>♦ Overige</b>	
<b>♦ Hormonen Mannen</b>		Veelvuldig plassen	<input type="checkbox"/>
Erectie problemen	<input type="checkbox"/>	Vaak dorstgevoel	<input type="checkbox"/>
Te vroege zaadlozingen	<input type="checkbox"/>	Overvloedig eten	<input type="checkbox"/>
Prostaatontstekingen / -klachten	<input type="checkbox"/>	Drang naar zoet / zout / bitter / vet voedsel	<input type="checkbox"/>
Genitale jeuk	<input type="checkbox"/>	Drang naar chocolade/drop/alcohol/koffie/tabak	<input type="checkbox"/>
<b>Totaal</b>	<input type="checkbox"/>	Over- / ondergewicht	<input type="checkbox"/>
<b>♦ Hormonen Vrouwen</b>		Vocht vasthouden	<input type="checkbox"/>
Menstruatiestoornissen (PMS)	<input type="checkbox"/>	Wisselende stemmingen	<input type="checkbox"/>
Menstruatie: extreme bloedingen	<input type="checkbox"/>	Slechte concentratie	<input type="checkbox"/>
Menstruatie: te weinig bloedingen	<input type="checkbox"/>	Duizelig	<input type="checkbox"/>
Abnormale afscheiding / vaginale jeuk	<input type="checkbox"/>	Overgevoelig voor geluid	<input type="checkbox"/>
Vaginale infecties	<input type="checkbox"/>	Overgevoelig voor licht (zonnebril)	<input type="checkbox"/>
Warmte aanvallen / opvliegers	<input type="checkbox"/>	Zonne-allergie	<input type="checkbox"/>
Transpiratie-aanvallen	<input type="checkbox"/>	Allergisch voor chemische stoffen	<input type="checkbox"/>
Gevoelige borsten	<input type="checkbox"/>	Allergisch voor voeding	<input type="checkbox"/>
Cysten in borsten	<input type="checkbox"/>	Verscherpte reukzin	<input type="checkbox"/>
<b>Totaal</b>	<input type="checkbox"/>	Opgezette lymfklieren	<input type="checkbox"/>
<b>♦ Hormonen Mannen en Vrouwen</b>		Moeite met evenwicht bewaren	<input type="checkbox"/>
Vaatklachten (onrustige benen / pijn in de kuiten of kloppende vaten)	<input type="checkbox"/>	Moeite met lopen (korte afstanden)	<input type="checkbox"/>
Stuwingen	<input type="checkbox"/>	Slechte regulatie lichaamstemperatuur	<input type="checkbox"/>
Verminderd zicht	<input type="checkbox"/>	Regelmatig verhoogde lichaamstemperatuur	<input type="checkbox"/>
Stemmingswisselingen	<input type="checkbox"/>	Enorme bleekheid (geen bloedarmoede)	<input type="checkbox"/>
Droge huid	<input type="checkbox"/>	Afbrokkende / scheurende nagels	<input type="checkbox"/>
Verlies van seksuele belangstelling	<input type="checkbox"/>	's Morgens moeilijk op gang komen	<input type="checkbox"/>
Sterke energie 'dips'	<input type="checkbox"/>	Hongergevoel tussen de maaltijden door	<input type="checkbox"/>
Hyperaktiviteits-aanvallen	<input type="checkbox"/>	Beverig gevoel na het eten	<input type="checkbox"/>
Dun haar	<input type="checkbox"/>	Zweverig, beroerd gevoel na het eten	<input type="checkbox"/>
Dunne nagels (continue of periodiek)	<input type="checkbox"/>	Slaperigheid of dof gevoel na het eten	<input type="checkbox"/>
Vocht vasthouden (oedeem), periodiek	<input type="checkbox"/>	Negatief gedrag na het eten	<input type="checkbox"/>
Dikke buik (vocht vasthouden in de buik), periodiek	<input type="checkbox"/>	<b>Totaal</b>	<input type="checkbox"/>
Gespannen buik	<input type="checkbox"/>	<b>Eindtotaal</b>	<input type="checkbox"/>
Overige	<input type="checkbox"/>		
<b>Totaal</b>	<input type="checkbox"/>		
<b>♦ Mentaal / Emotioneel</b>			
Achteruitgang in geheugen	<input type="checkbox"/>		