

Naam:

Geboortedatum: - -

Vragenlijst ter voorbereiding van uw afspraak voor het spreekuur “preventie hart- en vaatziekten”.

Binnenkort komt u op het spreekuur “preventie hart- en vaatziekten”. Ter voorbereiding van deze afspraak stellen wij het op prijs als u een aantal vragen wilt beantwoorden. Wilt u de ingevulde vragenlijst bij de afspraak mee nemen?

Algemeen

Wat wilt u bij dit bezoek zeker bespreken?

.....
.....

Heeft iemand in uw naaste familie (vader, moeder, broer(s) of zus(sen)) in het afgelopen jaar een hart of vaatprobleem doorgemaakt? Ja / nee

Zo ja, wie:.....

Heeft iemand in uw naaste familie (vader, moeder, broer(s) of zus(sen)) in het afgelopen jaar suikerziekte gekregen?

Ja / nee

Zo ja, wie:.....

Naam:.....

Geboortedatum:.....-.....-.....

Voeding en beweging

Wilt u van twee verschillende dagen een voedings- en beweegdagboek bijhouden in de week voor uw afspraak? U kunt hiervoor het onderstaande schema invullen. Wilt u in het schema alles aangeven wat u eet, drinkt en wat u die dag aan beweging heeft gedaan?

	DAG 1	DAG 2
Ontbijt		
In de loop van de morgen		
Middagmaaltijd		
In de loop van de middag		
Avondmaaltijd		
In de loop van de avond		
Beweging <i>(welke activiteit en hoe lang?)</i>		